

العدد ٣٧ - العدد ١٩٦٢ - ١٨ أبريل ١٩٦٢ - الشهر ٣ - آذار

سمير



أنا الكنكوت الفصيح
أُخرج من البيضة أُصيح!

amirart1969

اليوم موعدك مع:
• مهرجان الطبيعة
• شرلوك هولمز



العدد ٣٧

العدد ٣٧

للصنوف الاندائية
معروف على الفرق
والخارج

نادى الهواة

جيش من الأصدقاء ..

ما أجمل أن تكون جيشا من الأصدقاء ..

وما أجمل أن يترقب بابك ساعى البريد ، ليسلمك رسالة من صديق يعيش فى ركن ما من أركان المعمورة ، يحدثك عن بلاده ، أهله وناسه ، ويحدثك عن وطنك ومعالمه .. وحضارته .. عادات الناس وتقاليدها .. دراستك وهوايتك ..

ما أجمل أن تكتب رسالة خطها واضح جميل .. كلماتها صادقة ومختارة بعناية لتعبر عنك ، وعن أفكارك الخلاقة المضيئة .

ومن اليابان وكندا ، تلقينا هذه الصور والعناوين لهواة المراسلة وكسب الأصدقاء ..
الرسالة الأولى من : كومي توتوكي
عمرها ١٤ سنة : وعنوانها :

Miss Kumi Totoki.
808-4 Veda
Vsa shi Oita-ken
879-04 - Japan.



الرسالة الثانية من ساياك - ياماموتو Sayaka Yamamoto
وتهى أيضا جمع الطوايع .. وعمرها ١٤ سنة ..
الطريف أنها تطلب المراسلة باللغة اليابانية ، أو الإنجليزية ..
وعنوانها :

Miss Sayaka Yamamoto
4-10-14 Takatorikita
Asaminami - Ku
Hiroshima - shi
Hiroshima - ken
731 - 01 Japan

مزيد من عناوين هواة المراسلة فى اليابان وكندا على صفحة ٨ .

ابن مصر فى كندا



اسمه : مدهت محبا إسماعيل ..

جاء إلى الحياة فى مدينة مونتريال ، أكبر المدن فى كندا ، وكان لها شرف استضافة الدورة الأولمبية رقم ٢٤٠ .
عندما زار مصر ، حرص على زيارة المدن الصناعية الجديدة ، مثل مدينة العاشر من رمضان ، وقد أصحبه هذا التطور العمرانى فى بلاده .. أنه متفوق فى دراسته علميا ، ويقول أنه يعمل كسفير فوق العادة لأطفال مصر فى كندا ، بعد إجازته فى مصر ، يعود محملا بالهدايا التذكارية من أرض الوطن ، وحكايات يرويها لأصحابه ، ورصيد هائل من الذكريات والسعادة ، يسحبه منه حتى زيارة أخرى .

عنوان مدهت

CANADA
6700 est, Shebrooke
C.P. 161 Stak
Montréal, Qc H1N 3 L1



هذه الربيع ..
تراجع الشتاء بمواصلته ويرده وأمطاره ، كما يتراجع الليل أمام
شمس النهار ..
هذه الربيع ..
وفي الربيع تتجدد الحياة .. وأجمل ما في حياة الكائنات للحياة ، هذا
التجدد الدائم .. ومن منا لا يلتفت جمال الطبيعة ، فيستوقفه الشجر الذي
اكتسى بأوراق خضراء جديدة ؟

وفي كل ركن من أركان الغرفة ..
خمسة حبات من الطول النبات اعتقاداً
أنها تجلب الرزق والخير للبيت طوال
العام ..
في أمريكا ، تفتح حديقة البيت
الابيض للأطفال مع آبائهم ، ليتسابق
الأطفال في لعبة البحث عن البيض
المخفي في الحديقة الواسعة ..
في عام ١٨٧٨ قرر الرئيس
الأمريكي ، روثر فورده هايز
Ruther Ford Hayes «فتح حديقة
البيت الابيض للأطفال في هذا العيد
وأصبح هذا القرار تقليداً جميلاً يتبع
في كل عام ، منذ هذا التاريخ .
في فرنسا ، عندما كانت القبعات
آخر صيحات الموضة ، كانت البنات
وأمهاتهن يخرجن بالملابس الجديدة ،
وعلى رؤوسهن القبعات المزينة
بالورد ، ويسرن في شوارع
«الشانزلزية» أجمل شارع في العالم ،
يستعرضن أجمل الملابس ، بينما
تعزف الموسيقى «استعراض العيد» ..
ويقال أن من مولد فكرة عروض
الأزياء الباريسية الشهيرة هو هذا
العرض السنوي بمناسبة العيد

وعلى شط النيل ، وفي طريق
لي بيتي ، وأمام كوبري قصر
نعمي ، خلف قصر محمد علي ،
أرى أجمل أشجار الدنيا ، تزينها
الزهور بكل ألوان الطيف ودرجاتها ..
أتأملها وأكمل عياني بجمالها ،
وأشعر أن الدنيا تستعيد بسمتها ، وأن
هذا الجمال قادر على إشاعة البهجة
في كل نفس .
والإنسان بالذات ، أرقى
الكائنات ، أقدر الكائنات على أن يجد
نفسه وأفكاره باستمرار إلى درجة أن
يشعر أنه يولد من جديد ، في كل يوم
وإذا سألتني كيف ؟ أقول من خلال
هواية القراءة .. متعة العقل .. من
خلال هواية الفن .. متعة القلب ..
لجسم الإنسان أداة طيبة ، نستطيع
إكرامها بما يغذي العقل ، والروح ..
وهذا الغذاء ، هو الذي يبقى مع
الزمن ..
وعلى أنغام موسيقى بحيرة
البيج ، قرأت عن عادات الشعوب في
احتفالها بعيد القيامة المجدد ..
في بلادنا أيام زمان ، زمان
كانت الأم في ليلة شم النسيم ، تضع

وفي إيطاليا ، العائلة تشترك في
تلوين ٢٠٠ بيضة ، بألوان براقة
ويصنعون الكيك على شكل الأرنب
اعتقاداً منهم أنه يجلب الخير ،
والرزق الوفير ..
في ألمانيا ، يبدأ تلوين البيض
باللون الأخضر ، يوم الخميس
الأخضر Green Thursday ، الذي
يسبق يوم العيد ، ويعتقد الأطفال أن
الأرنب يغطي البيض في الحدائق ،
وفي يوم العيد يستيقظون مبكراً ، بحثاً
عن البيض وكل طفل يجمع ١٠١
بيضة يفوز بجائزة ...

أولادي «حياتك» قلبي ...
هذه الربيع ..
وأعددتنا هذا العدد الخاص
في الهواء الطلق .. عدد عن
العيد .. وعيد الطبيعة ..
عيد الشجر والورد والطيور ..
هيا طيروا معنا إلى صلواته ..
وكل هنيئ ..

ماما بيبي



الصفحة

الشباب - الجميع
من سن 14
تأسست عام 1966
تأسست عن مؤسسة

دار الهلال

١٦ شارع محمد عز العرب
القاهرة

رئيس مجلس الإدارة :

مكرم محمد أحمد

نائب رئيس مجلس الإدارة :

عبد الحميد حمدي

رئيسة التحرير :

فتيلة راشد (جاسم ليلي)

مدير التحرير :

محمد أحمد

نائب مدير التحرير :

أحمد بدير

سكرتير التحرير :

أشرف سعيد - يحيى حمادة

- سعر البيع للعدد في مصر ٢٠ قرشا ●
- الأردن ٢٠٠ فلس
- الامارات العربية المتحدة ٤ براعم
- الكويت ٢٠٠ فلس
- الجمهورية العربية السورية ٢٥٠ فلس
- الجمهورية اللبنانية ١٢ ليرة
- الولايات المتحدة الأمريكية ١٥٠ سنتا
- غزة والضفة والفلس ١٠ سنتا
- سلطنة عمان ١٠٠ فلس
- السعودية ٤ ريالات
- الكويت ٢٠٠ فلس
- قطر ٤ ريالات
- إيطاليا ١٠٠٠ ليرة
- البحرين ١٠٠ فلس
- سوريا ١٠ ليرة
- لبنان ٧٥٠ ليرة
- تركيا ٢٠٠٠ ليرة

الغلاف بوشة : علاء الدين

عيد شم النسيم ..

من النقوش المصرية القديمة،
ومن أوداي البردي، عرفنا أن
أجدادنا أطلقوا على يوم النسيم
اسم : يده الربيع .. وعرفنا أن
شم النسيم مأخوذة من كلمتين :
«شم» أي غرس أو زرع ..
«النسيم» أزهار أو خضرة .. بمعنى
غرس الأزهار أو الخضرة ..

نادي الهواء

الكتكوت الفصيح



يخرج من البيضة فصيح ..

وأم الكتكوت ، تتركه على البيض لتدفئه بحرارة جسمها وأمويتها ..
وهذه المهمة تقوم بها معاملة التطريخ ، وتستخدم الكهرباء لتدفئة ..
لكنها يقول المثل ، يخرج الكتكوت الفصيح ، للحياة فصيح .. بعد ٢١
يوما ، في درجة حرارة ١٠٢ فهرنهايت ..

دجاجة عجب .. بيضها من ذهب

تحتل الأسطورة ، حكاية دجاجة كانت تبيض في كل يوم ،
بيضة ذهب .. ولأن صاحبة الدجاجة طماعا كبيرة ، ذهبتها



... أول الزمان

كان الأجداد يحتفلون بهذا العيد وفناء للربيع ، وبداية لحياة جديدة .. ففي هذا الفصل ، تتزين الأرض بالورود التي يحملونها كهدايا لآلهتهم في المعابد ، وكانوا يعتقدون أن هذه الآلهة خلقت الدنيا في هذا اليوم . وسنوه أيضا : يوم أول الزمان ..

مهرجان الطبيعة

غدا .. شم النسيم ، كل سنة وانت طيب .. في هذا اليوم يتطلق الناس إلى المزارع ، والحدائق .. قبل شروق الشمس ، إعتقادا منهم بأن الذي تطلع عليه شمس هذا اليوم وهو راقد في سريره ، يظل بقلبه العام مصابا بالكسل والخمول ..

البیضة الأولى

تبدأ الدجاجة في إعطاء البيض وعمرها ٦ أشهر .. وتبيض حوالي ١٥٠ بيضة في السنة .. وبعد ١٢ شهرا يقل هذا الإنتاج تدريجيا ..

من ذا يكافىء زهرة لقاحة

أو من يشب الليل المثلج ؟

ما أحلى هذا الكلام .. وهذه الزهور تصبح أجمل بلمك وألوانك ..
نقترح تلوين مساحات رقم (١) باللون الأخضر .. والمساحات رقم (٢) باللون الأصفر .. والمساحات رقم (٣) ...
لون كما يحلو لك .. مجرد اقتراح ..

لتأخذ كل البيض دفعة واحدة .. لكنها لم تجد ولا بيضة ..

دجاجة هانم تدعوك لرسمها في هذه المربعات ..

وتلوينها إذا أردت ..



دجاجة .. وكيس بليون جنبه ..
كيف تملكه ؟

الاجابة على الصفحة التالية

الدجاجة .. والكيس .. والميراث جنية

دجاجة .. وكيس مليون جنيه .. لسنين ..

قيمة هذا الكيس كبيرة لسنين :

الأول : لأنه من صنع أستاذك الحلوة .

الثاني : لأن شكله جميل بعد التطييز .. ولو كان كبير الحجم سوف

يسع مليون جنيه ..

نادى الهواء

هيا نحضر الخامات اللازمة

- ابرة التريكو مرة ٢ - ابرة خياطة - خيط - قطعة قماش تيل أو دمور .
- صوف بألوان مختلفة (بوالى الصوف) أو لون واحد .. كما يعجبك ..
- قطعة صغيرة من القطن لحشو الرأس .
- ٢ ساعات على الأكثر (الأمر يتوقف على مهارتك وسرعتك) .

هيا تبدأ العمل ..

- البداية ٢٠ غرزة ..
- لشتل سطر عدل .. وستر مقلوب ..
- نضيف غرزة من كل جانب .. كل سطرين حتى يصبح عدد الغرز ٦٠ .
- بعد ارتفاع ١٢ سم لنقل ١٠ غرزة دفعة واحدة ..
- نستمر فى العمل ٤ سطور لتطليز الرأس ، وفى السطر الخامس نزاد غرزة من كل جانب كل سطر، حتى يصبح عدد الغرز ٢٦ ..

رأس الدجاجة :

- لنقل من كل جانب كل سطرين حتى يصبح عدد الغرز ١١ غرزة .
- لنقل من كل جانب كل سطر، حتى يصبح عدد الغرز ٦ ونظفها دفعة واحدة ..
- بنس الطريقة لعمل الجانب الآخر للدجاجة ..
- نحشو الرأس بالقطن ، ونخيط بخرزة الماكينة عند الرقبة لتثبيت القطن .
- لعمل البطانة من قماش التيل أو الدمور أو البفتة ، بمقاس الدجاجة الفعلى .. ونخيطها بخرزة الماكينة .

عرف الدجاجة والندشة

- والآن هان وقت عمل العرف والذيل والمنقار وتزيين الدجاجة وندشتها ..
- نلص القماش على شكل ٢ مستطونات ، وباللون الأحمر لشتل فوقها غرزة السلسلة .. والأسهل عمل صغيرة



الدنيا ربيع

وزهور الربيع ، تهنئ الربيع تمتد في بيتك طول العام .. وهذه الفكرة نقدمها لهنس الطبيعة ، والجمال ، والورد ..

كل المطلوب :

- جنسرين - ماء ساخن -
مكواه - ورق صلب - ورقة من
كراسة الرسم ، شاكوش بلاستيك
(من لعب الاطفال) - أو هو -
زهرة إصباح من شان الطيلي ..
أو كوب شكله جميل .. وطبعاً ...
ورد أشكال وألوان ..

هيا للعمل :

● لنزع الأشواك براف حتى لا
نخرج أصابعنا ..

● نخمس الورود في الجنسرين
والماء الساخن أطول مدة ممكنة ..
● نجلبها - بين أوراق
الصوف ، ونضع فوقها القاموس
أو مجموعة كتب ..
● نكويها بمكواه غير ساخنة ..
● براف نطرق على الأماكن
المثنية بالشاكوش .. وننصّبها
بشكل جميل على ورقة الرسم ..
يبقى عمل الإطار عند صانع
البرازيل .. أو نضعها في الزهرة ،
بتسليها بلفك وذرفك الجميل ..



يعرف من ريشه

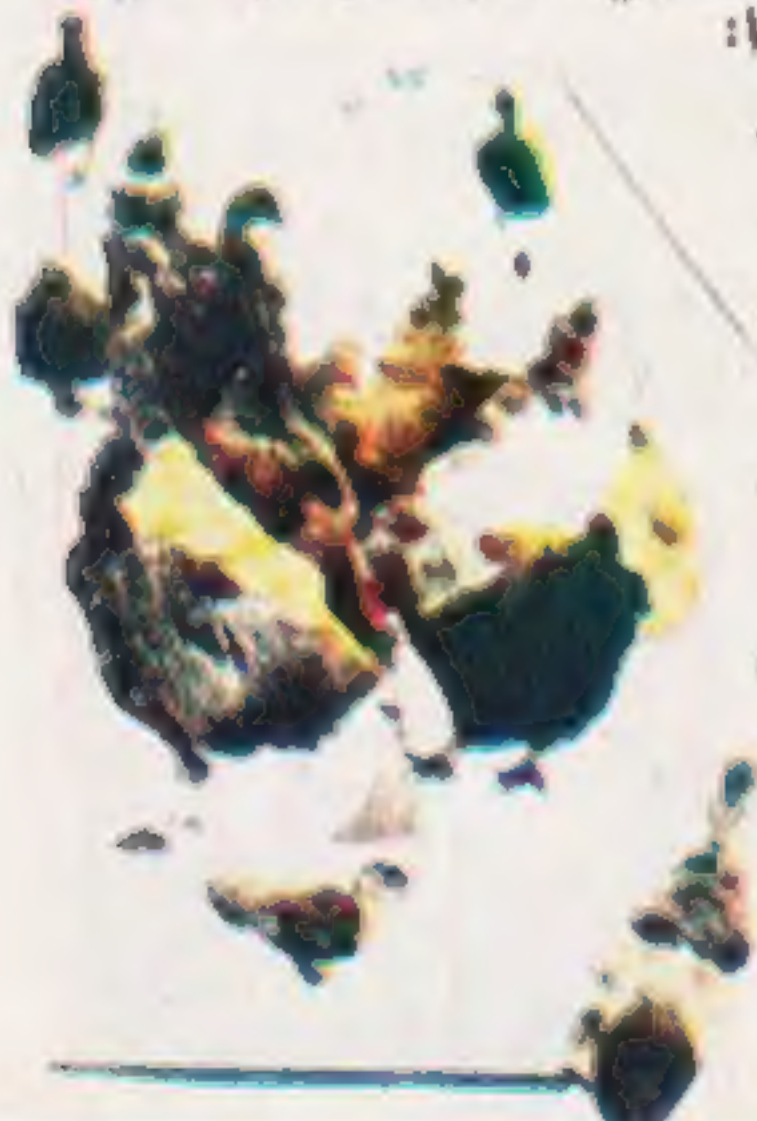


ك تليل ... الدجاج ١٨٠ نوعاً .. ويعرف النوع من
ألوان ريشه .. بعضه أبيض .. وبعضه أسمر .. وبعضه
بألوان الطيف .. وبعضه ليس له ريش على رقبته
ويعرف بالشركسي ..

يعرف من عرقه

تتميز بعض أنواع الدجاج بشكل العرق .. وهو ٧
أنواع .. اسمائها :

- الفراولة .
- الوسادة .
- البازلاء .
- الوحيد .
- في .
- على حرف ٧ .
- طيسل .
- الزيد .
- البودة .



همراء من خطوط الصوف وتثبت مكان العرق .
● من الخطوط الصفراء نعمل ضفيرة ونثبتها مكان
المنقار ..
● من الخطوط مختلفة الألوان نعمل ضفائر ونثبتها في
مكان الذيل .
● خطوط الصوف الملونة ، نشتل بفرزة السراجة
مربعات أو مثلثات ..
مبروك :
الآن عندك كيس جديد يساوي مليون جنيه ..
هدية لاختك
هذه الفكرة يمكن أن ينقلها أيضاً الفتيان المهرة ،
لإهداءها لاختك يوم عيد الطبيعة ..
لتكون الحاجة كاملة ، أفل على نفسك عرفتك ..
وابدأ في العمل .. هيا ..
الآن عندك كيس جديد يساوي مليون جنيه ..

مفاجأة للعائلة الكريمة

ما رأيك في فكرة مفاجأة حلوة لكل فرد من أفراد العائلة ١٢
الفكرة ببساطة رسم الملامح - بقدر الامكان - على البيضة .. وتوضع
كل بيضة في المكان الذي أعتاد كل فرد الجلوس فيه ..
إذا لم يكن من السهل رسم الملامح لأفراد العائلة الكريمة ، نقترح رسم
وجوه ضاحكة تشيع البهجة والتعليقات المرحية

نادي الهواء

بيضة ..

تذكارات العمر كله

إذا أردت الاحتفاظ ببيضة ترسمها
وتناولها ، وتحتفظ بها كتذكارات طوال
العمر ، براها أطفالك ، عندما تحلى
لهم كيف كنت تكضى وقتك في
هوايات لطيفة .. إذن هذه هي
الخطوات :

- اصنع ثقباً بالدبوس في كل
طرف من البيضة .
- تفرغ محتويات البيضة النقية
في طبق .
- ملاً بزيت برالين حتى لا تكون
سهلة التسر ، وتسد الثقوب بالوان
الزيت أو الجواش .
- يمكن الاكتفاء بتفريغها من
محتوياتها .

● الآن .. البيضة جاهزة للتلوين
بمهارتك الفنية ..

صحتك بالدنيا

بالمناسبة : ألوان الصبغة طيارة
بالصحة .. ولون البيض باستخدام
الكريميديه أو الشاي ، أو البقدونس ..
المهم لا تستخدم الصبغات .. حماية
لصحتك .

البيض الطازجة ..

لمسك البيضة ، ولقرنها من
الأذن . ثم نرجها رجاً خفيفاً ..
فإذا لم يتحرك ما بداخلها كانت
طازجة جداً .. وإذا سمعت اهتزازاً
خفيفاً داخلها كانت طازجة إلى
حد ما ..

أما إذا سمعت حركة شديدة
داخلها ، ارميها لأنها فاسدة .

قشرة البيضة

لونها وردي أحياناً ، أبيض أحياناً ..
هذا اللون لا علاقة له بسلامة
البيضة من الداخل ، إنما يتوقف
على نوع الدجاجة ..

هواة

المراسلة

من كندا



الاسم : كريستين لامبير .

العمر : ١٥ سنة ، وترجو
مراسلة فتاة أو فتى في نفس
العمر تقريباً ..

الهواية : بالإضافة للمراسلة :
سماع الموسيقى - العزف على
البيانو .

العنوان :

Miss Christine Lambert

529 de bruyne

Aylmer Qué Bec-

J9H- 5N9- CANADA





الكتوكوت .. في الحضانة

يخرج من البيض بصبح ، بعد أن ترقد الدجاجة الأم فوق البيض ٢١ يوما .. والدجاجة لا تستطيع أن تحتضن أكثر من ١٠ بيضات في وقت واحد .. ولا يمكنها في فترة الحضانة أن تبيض .. والحضانة عند الإنسان تستمر حتى سن الثلاث سنوات ، وعند الكتوكوت حتى سن الثلاثة شهور .. وتستعد الدجاجة في تربية كتاكيتها ٩٠ يوما ، ثم تعود ، وتستأنف مهمتها في إنتاج البيض .

ماذا نأكل اليوم ؟

السؤال التقليدي الذي نسمعه من ماما كل يوم .. وما أن الغد عيد شم النسيم ، في الأغلب لن تسأل ماما هذا السؤال ، فالتاس تعودت أن تتناول وجبة السمك على مائدة الغداء في هذا اليوم .

في اليابان ، السمك على المائدة كل يوم ، بل كل وجبة ، حتى في الإفطار يتناولون السمك أو الجمبرى .. ويؤكد اليابانيون أن هذا الطعام المفيد جدا ، من أسباب تفوقهم ، وتمتعهم بالصحة ..



نصيحة يابانية

لكي تظلي السمك ، يجب تغطية سطحه الخارجي بالدقيق ولتسهيل هذه العملية ، نضع السمك في كيس بلاستيك به كمية من الدقيق ، ونفلق الكيس ، ونهززه قليلا ، فيكسو الدقيق السمك بشكل منتظم .

نصيحة الأطباء

بالإجماع ، ينصح الأطباء ألا تأكل الفسيخ والسردين .

حفظ البيض

يوضع طرف البيضة الصغير ، بأسفل ، حتى يحمي البيض صفار البيضة ، ويمنعه من الالتصاق بجدار القشرة ، ويجب ألا يحفظ في الثلاجة لأكثر من أسبوع .

من اليابان

الاسم : كيومي كاتو .

العمر : ١٦ سنة ، وتتمنى مراسلة فتاة عمرها من ١٤ - ١٦ سنة .

الهواية : إلى جانب المراسلة : سماع الموسيقى ، متابعة مهرجانات السينما والأفلام العالمية ، جمع اللواحق .

العنوان :

Miss Kumiko Kato
3-17 Aoike-Cho
Atuta-ku Nagoya-shi
Aichi-ken 456 Japan.

الاسم : ميشيرو جاشي

العمر : ١٧ سنة ، تتمنى مراسلة فتاة في نفس العمر .

الهواية : القراءة ، مشاهدة أفلام السينما .

العنوان :

Miss Michiru Geshi
Ichirino Oguchi-mura
Ishika wa-gun Ishikawa-ken
920 - 23 - Japan.

سيناريو: ساما البني
رسم وإخراج: محمد سعيد حسن



إذا أصبحت يا شريف
.. أقفل النور ..

يا كريم .. دقيقة
واحدة أكمل قراءة
نهاية الفصل ..

على مائدة الإفطار



ثم قلنا المائدة
لها احترامها ...

الباقى على
النهاية صفحة
واحدة ..
معامل قاسية



تأديما .. ثانية
واحدة ..

يا حضرة التلميذ ..
لا ترفع صوتك
أخا .. فتذكر أنت
المسكين له مراحيل

نظارة



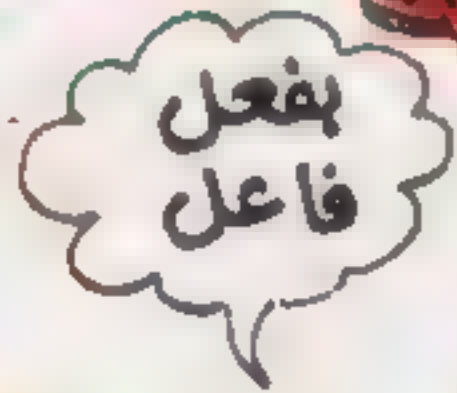
طبعاً لا اعتراض على
هوية القلعة .. إنما الإعتراض
على القراءة من غير ..
النظارة ..

النظارة هنا
في جيبى .. في الحفظ
والصوت ..



كتاب
شرلوك هولمز ..

نفسى أعرف أنت
مختفى بين صفحات
أى كتاب ؟



آثار أقدام...

...أفكارهم؟

واثار الأقدام
دليل على شيء آخر!

أولاً...
إنها آثار أقدام
شمش...

انظروا

نسمع

صبح... القط
شمش طلع هنا
...فوقها.

التراب كشف
القط شمس..

صبح جداً.. وأنا
المستول من هذا
بشاروك هولمز
يا صغير.

دليل أن
ريشة التكيفلا
تستخدم لإزالة التراب..

وقلت دليل على
شيء آخر.. ماهو؟

ومن هذا اليوم
في بيتنا صوفى
شاروك هولمز
الصغير..

ولذا الظائق
هنا في الحفظ
والصون..

وأنا وضعت النظارة
في غير مكانها..

أما سبب تسميتي
في المدرسة.. لهذا
قصة أخرى.

ميلاد لشجرة



تأليف: سعاد شنش رسوم: جلال عمران

كسبان الطريق متدا أمام
مهلا، وهو يركض دون توقف،
حتى يهدو، لناظرة وعانة يطل في
رياضة الحدو.. هدفه الوصول
وتطبيق الفوز المنشود.
وسلا مدمات .. تسلك إليه
فهور بأنه يلهث، سرعان مانهاء
وواصل الجرى في سبيل مهمته
الغالية، التي مهمتها لا في من
أجلها، ان يعوم عن تنفيذها.
ثم يكن يوسعه أن يعمل شيئا.
مساء أمس حين علم
بالواقعة، وبأدبه صوتا أتيا من
داخله يحادثه في هدوء.
لا توجد متاعب يا مهلا، انت
شباب..
وإزاء تلك المفرة، جرى بسرعة
أقل ثم مشى حتى يتسنى له أن
يتنقط أنفاسه. صافح ساعته في
هجالة واستراح صدره بعض الشيء.
مازال الوقت مبكرا .. أبقتته
والدته عند آذان الظهر كما
أوصاها في المساء لقد قال لها
أن لديه مهمة ذات أهمية بالغة

قبل ذهابه إلى مدرسته .. بالفعل
هي كذلك.
وارتفعت أسام هبلى مهلا،
علامة تعجب، يد في حجم كبير
على ظهر الحادة، معادها إلى
الإسراع مرة أخرى في خطوات
واسعة، وأص وكمباله يسمع
ضجيجا لما يسدور في نفسه يريد
تفسيرا... وحادث نفسه.
- أمكذا يا جدي فهون
عليك الشجرة؟ أنسيت ما كنت
تردده مرارا على سمى، وسمع
كل أحفادك، نصائحك الغالية..
نعد لدوة لنا..
كوب أذن نظرت لك تلك
المفرة؟؟ شجرة الجميز الحليقة
تقطع، بعد أن أصبحت مثل المنارة
التي يهتدى على ظهري الأخراب،
فلا يخلوا الطريق إلى بيتك؟؟ لكم
هي وارفة الظلال، وفروها منتنة
في دعة حولها مثل الأم الرزوم..
أها صديقتي.. ملهت في كتابة
أشعاري التي قال عنها معلم اللغة
العربية أنها أشعار موزونة.

وايطلع، مهلا، فخصة ملاء
حلقه، وخمرته طمأنينة وهو يذعر
خصال جده الصبوة، وأنه لن يجد
مشقة في إقناعه قبل أن يعود إلى
مدرسته، يقول له:
- انك ظهر مصيب في قرارك
من أجل الشجرة، فليست المساحة
الصغيرة التي تشغلها من سطح
الأرض بنالصة في شيء. كما
أنها لن تشوه جمال حديقة الغناء
التي تزمع إحاطة البيت بها،
والذي تصده كهدية زواج
لابنتك الصغرى، رمزا وتقديرا.
شجر الجميز وسمر طويل
ونصاره تشبه الثمن وهي لهاكمة
شعبية ولكنها شهية الطعم، ليرها
بك بعد رحيل رفيقة دربك.
وأكره يا جدي لمن تفكك
بسببها طولا أو عرضا يذعر.
ولنظم يا جدي، أن أبي عزيز
هو الآخر بعد هودته عن لذة لينة
أمن .. صلب الاجتماع الحضر
بمصور شجرتنا الغالية.
ومرة ثانية أبطأ مهلا، عن

الجميز .. رميها ، ميلاد ، يهب
 صحن .. ثم بات أحد ممن سمع
 عن مقدمهم لإزالتها .

ثبت ميلاد حليمة كنية المدرسة
 جيداً لئول كنيته ، ولج البيت
 مصرعاً ، وشرع من لوره لملاقاة
 جده ، الذي ما أن رآه حتى صاح
 فيه بلهجة

ماذا هناك يا ميلاد .. ؟ هل
 أصاب مفروء أحد من إخوانك ؟
 وعلى الطورنطي ، ميلاد ،
 بايمالة من رأسه ، وتساؤل راحة
 يد جده وليلها في ود ، لما غتبط
 الرجل وهاد يردد :

- اذن ماذا جاء بك في هذه
 الساعة المبكرة ؟

- جئت لأراك يا جدي وأجلس
 اليك قليلاً لمحادثة .

والصبح الجد لصليبه مكانا
 بجواره . فبادره الفتى بسؤال :

- هل توهديني أن تسمطيني
 جدي ؟

وتوجس الرجل وهو يظن
 منهبة .. لكنه سرعان ما أبعد

سهره ، فبيت جده يتصدر مشارف
 مدخل القرية من الطريق الزراعي .
 جده يملك هطلا مستنبراً ، ما من
 مرة حاوره فيها إلا ويجد لديه
 الخبر من كنوز المعرفة ، إنه يعد
 موسوعة في العلوم والفاربع
 والنظافة .

وأخيراً .. لاح له البيت ، فهو
 الوحيد من منازل القرية ، الذي
 يحفل بمساحة من الأرض تحيطه
 من كل جانب ، وتطل عليه من
 لول الشجرة الموهوبة شجرة



التوجس والظنون بشأن حماة
فلعلها حليده «ميلاد» فالتفتي على
خلق حميد، وبار بأمرته كغيرها
وصغيرا، وأطلب الفن انه يواجه
مشكلة شبابية ممن يتعرض لها
من هم في مثل عمره.

وأذن له بالتحدث .. وانبرى
«ميلاد» في أدب جم، يادنا دهباجة
تليق بجده، ثم طرح عليه سؤالا
واحدا يحسم الأمر، ويحسمه.

.. هل توافق يا جدي بعد أن
يشعك الله بالصبر المديد، بأن
يهدم بيت العائلة؟

ودعش الجد من سؤال حليده
الصغير، والتربط منه ونمسن
جسديته، ربما يكون صابرا منه
هذهان وارتجاع الحرارة.

وأص «ميلاد» بما جال في
ذهن جده، فسابسسم في حنو،
وأضاف: علمت صافرت بشأن
شجرة الجميز.. وأصارحك بأنني
لم أتم ليلة أمس كنت ألتكر في
مصبر الجدود، ومايكن أن يزول
عليه حالهم..

نهض «ميلاد» ومضى للشجرة
في ساحة البيت، ثم عاد مستظرا
وهو يسير إليها:

.. انظر حولها يا جدي .. كم
هي مباركة .. ما من شجرة
فربت بجوارها إلا وكان ثمرها
وليرا .. ذلك ما عرفته منك يا جدي
لم أضف عليه حرفا واحدا .. ثم
لهذا تعدد مصبرها بهذا الأسلوب
المزالم .. تظلمها .. تزيها:

وصمت «ميلاد» ..

حاول جده أن يدعو له ليتناول

معه طعام الإفطار الذي جاءت به
عمته العروس، دون جدوى.

وأطرق الجد المصموز برهة،
وترك الفيز يتأرجح بين أصابعه
من جراء ارتعاشة يده، وأخذ
يحدق بعينه العادتين في الشجرة،
التي تطل عليه بظلالها من النافذة
المنفرجة .. وبدأت أصابعه في
صورة أخرى لم يمتد لها طوال
حياته ..

كانت فروعها متراخية جافة.
وفي نهاية كل فرع طفل يركب في
تومل كأنه يريد شيئا لا يستطيع أن
يلصق عنه ..

وصرى الشهد في وجدان الجد
وإذا بالدموع تترقب في عينيه،
ويشعله الأسف وهو يحمد الخالق
على أن ما كان ليلة أمس مجرد
خاطر وليس فعل ..

ورمقه «ميلاد» فخلق قلبه
بالعب، فهو يعرف جده جيدا ..
حين تملك نظراته وتبلسها
الدموع .. ومضى يصادته في
همس أليف، قال:

.. لا تنسى يا جدي أن الله
أكرمك في وجوه شجرة الجميز
ومرت صوفنا بأبنائك في رقب
العلم .. أخبرهم همسني الصغرى
التي آثرت ألا تعمل بشهادتها في
مدرسة غير مدارس قريتنا، أسوة
بأخوتها الذين عادوا بشهاداتهم
ليعلموا في مسقط رأسهم، وهم
بين مهندس وطبيب ومعلم.

المقرب من جده الذي احتضنه
في حنان، ويهدوه قال الجد:

.. لتكن بشرى لميلاد شجرة.

تمت



البحث عن كوكي



نهي



أحمد

كان يلعب أمام الحديقة عندما مرت به وهي



تمسك في يدها اليمنى طوق (حزام) في يدها كان خالياً،

وكانت تنادي كوكي قال رأيت

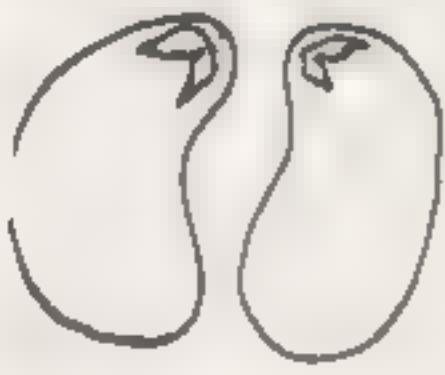
بجري من هنا .. كان يحمل ورأيت آخر كبيراً أيضاً،

كان يطارد .. مهدت الحيرة على وجهي وشرح لها



الملاحظات :

● ستجد نباتاً صغيراً داخل الحبة من الداخل وهو يمثل الغذاء لحبة الفول .



على فكرة : حبات الفول مثل بيض الدجاج ، في كل منها مخزن للطعام .. في البهينة البيضاء والصفراء هما غذاءها الذي يمد الكتكت بالغذاء .



● القسم المظلمة نصفين من المنتصف .

التجربة :

- اختر قشرة الفول وتأكد أنها سليمة .
- اترك حبوب الفول في الماء طوال الليل .
- في الصباح أخرج حبوبات الفول وتغسلها بالماء تمسك بفلس الصلبة .
- ازرع القشرة .
- القسم المظلمة نصفين من المنتصف .



ما أروع عالم النبات .. النباتات كريم جدا .. ولا يسل علينا بالغذاء .. النباتات يحصل على الغذاء من الأرض ، من خلال الجذور .. وبذور النباتات تلتصق بالغذاء بداخلها لتصبح ذات فائدة إذا ما جاءت إلى الأرض من جديد ؟ .. تعال نجرى هذه التجربة لنعرف .




المطلوب : وضع حبات فول - كوب ماء .

الكبير . قالت : لكن كوكي وليس . أين يمكن أن يذهب

قال : انتظر هنا . وأسرع بجري في ممرات

وعاد ومعه : احتضنت الـ
وسألت : أين وجدت ؟ ضحك

وقال : فوق  بينجو .. أقصد فوق بيت الـ



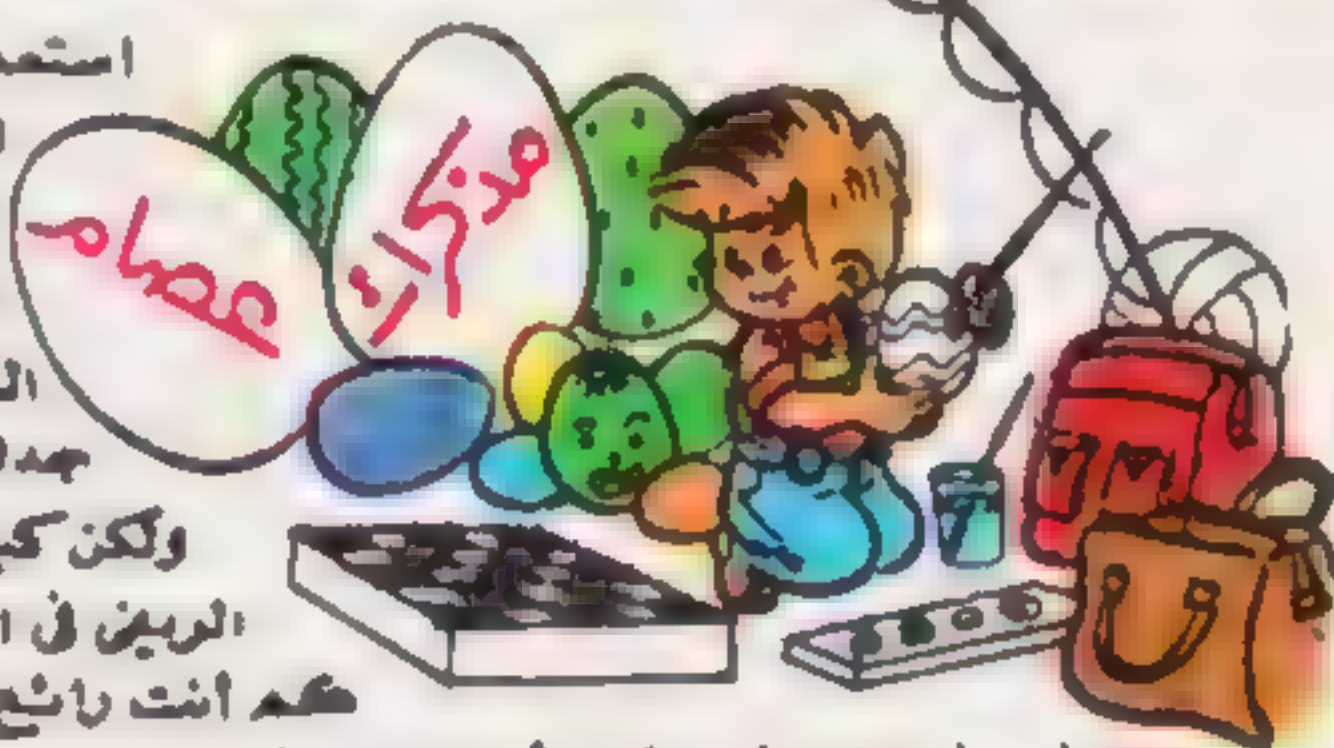
أم الكتاكيت

الذخيرة تريد أن تمنحني البيض .. من فضلك ساعدها للتحرك
الطريق ، لترقد على البيض بعد ٢١ يوما ، تخرج الكتاكيت من
البيضة .
أي الطريق الصحيح لتصل إلى بيضها .
الحل بالمقرب

قردة الجبلية



أصغر قردة في الجبلية أكثر حيوية
وشقاوة .. انه القرد الوحيد المختلف عن
بقية القردة .. أمامه ٣٠ ثانية لتعرفه .
الحل بالمقرب



استعد بنا في ليلة شم النسيم بتلوين البيض، وهل
السند وبشاشات، وتجهيز أدوات اللعب والشبلة
(البهي والشطرنج والكرة، وعجل وراكيت وسنارة)
لقضاء اليوم في حدائق القناطر، وحتى تلهم
الفرحة، ويصبح لليوم معنى، لابد أن يأت
جدي معنا - مجز - وجوده يملأ القلب سعادة،
ولكن كيف نتصل به؟ - إنه مشغول بإعداد بيته

الربيع في القرية، لياخذنا هناك لنقضي الأجازة الصيفي
فكم أنت رائع يا جدو - لا يشغله فتد أن يبعدنا جميعا

سعداء - إنه يعلم بفد أحلى لحكل الناس - يعلم بأن يبري عيوننا لا تعرف الأحران
ول رأيه أن حياة الإنسان تنفذ مثل بندول الساعة، ومهما كانت الساعة دقيقة
الصنيع لا تعتمد ولا متأخر، فلا بد أن تتوقف عن العمل ذات لحظة، والكائن العاقل
يعنى وحقيقتي، يحاول أن يجعل لكل ثانية قيمتها، بأن يعمل
شيئا مفيدا للآخرين، لتتألق حياته كقطعة من سب
وتلألأ كالنجوم في السماء - كم أحبك يا جدو - - وحكل مرة
أسأله، - هل تحبني فكما أحبك يا جدو؟ - وحادة يمد يده
بالتبيلات، وترتفع صيحاتي، - مطر - سبيل - - فبهضك
هنا شلا - من يجرؤ لبات بالشتاء في صيف حياتنا
وأشعر أن قلبه ماما يحب مكاف ليحيط العالم،
ولونتم تتوزيهم على الناس، لجعل
نصف العالم يحب النصف الآخر،
وأشعر أن قلبه طاهر، يملأه
الحب الجارف لجاره العزيز والأبعد كانه
والآخرين لا يعرفهم - إنه يحبها
للحبيب وبالحب، ومن أفتواله الطالة
التي برة هاد اشعا



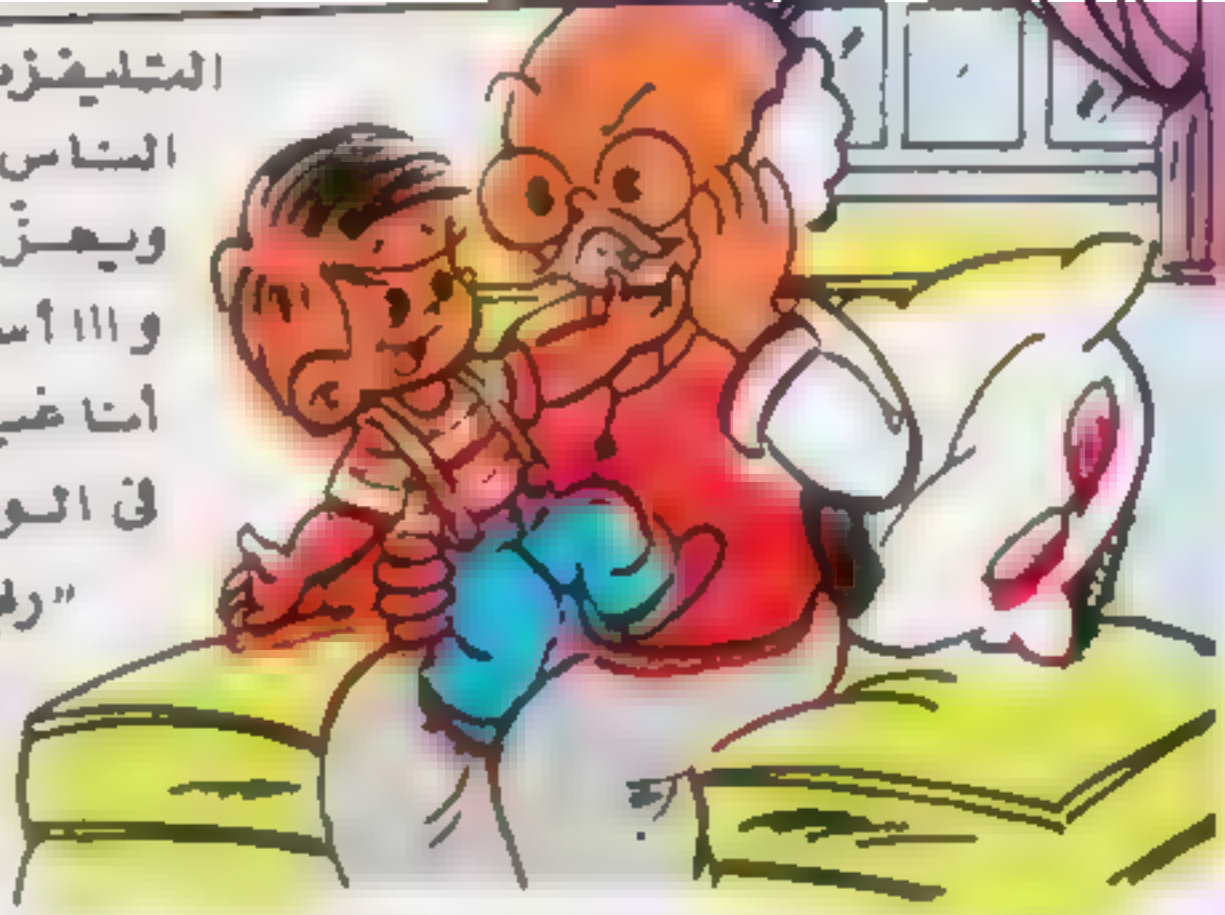
أعطني كالإنسان حبا وسلا ما
هناك هذه الأرض لتجعلني سعيدا
وقرا، فيبدو لي العالم وديقا
وتجعل عالمك أنك سعيدا



- أعطني كالإنسان حبا وسلا ما فتوت هذه الأرض لتجعلني
سعيدا وحرا، فيبدو لي العالم وديقا، وتجعل عالمك أنك سعيدا -
رائع أنت بمثلك الإنسان صمادة مصرفة مثل هذا الإنسان
السامر، ورائع أنت يكتوت جدك، والأروع أنت تحاول أنت تصبح مثله، لأن كيف
أشتم النسيم من غير جدي؟ - لن يكون اليوم مبهجا ومثما، ببينما
جدو يفسد هنا - وانطلقك إليه بخسالي، وجلست مشاردا ما أطوذا تماما بأفكاري
إلى الحد الذي لم يجعلني أسمع وقع أقدامه خلفي، حتى ينتهي كنزه في العزيب بنجاح وحركته
السريعة الفرحة بخدوم جدي الذي خطى عيني بكفيه فاشلا بمرحه، حذر فزور ما أمسم
الزهرة ذات الثوت البنفسجي في الصباح، وهي بيضاء في المساء
وهي مغلقة لونها وردي وأقرب إلى البنفسجي، ورائحتها
مظفرة؟ - وبفضرة واحدة كنت تصلقت
بمنفذة أقبلة من رأسه العافية من
الشمس، والتي يذوقها لنا في حكل
مناسبة أنها هكيات خلية الشعر
الأمس الحرييري، ورغم أن شغلته
بقبلاق وأمثلتي، تكلمت أنه صيفش
فزورته، لكنه لن يستك حتى يلتزج
اعترا في بات غلب حماري وبهفته

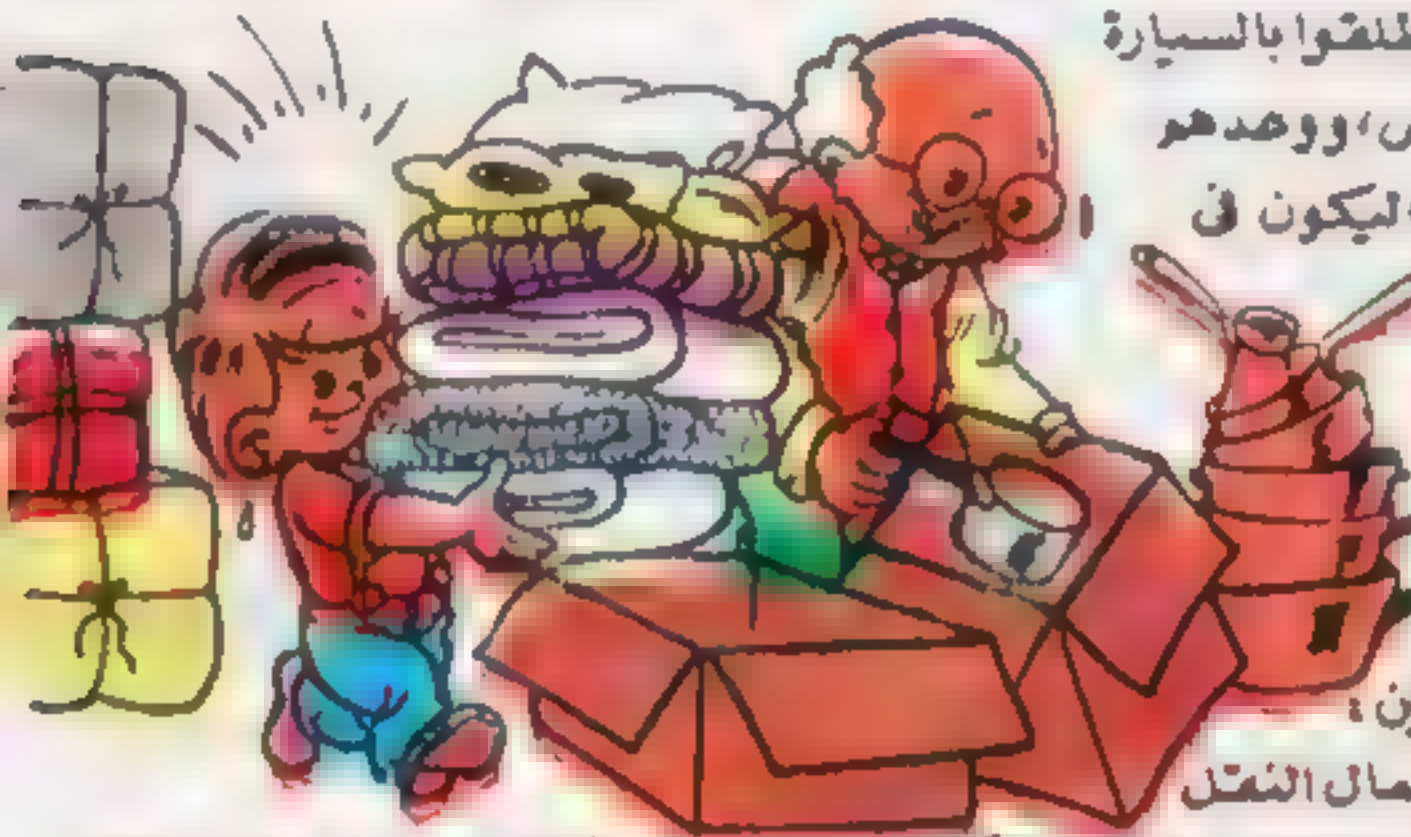


التليفزيون ، " كنت ها فتولها - وطبعاً يا أعلى
الناس ، وصلت لتتقى معنا شم النسيم ؟
ويهرز رأسه فاشلا ، " لأسف - لا ، وفلا
والأسفاه - ضاعت الفرحة - راحت البهجة -
أنا غير سعيد الآن - بل أنا أتس إنسان
في الوجود - وبطريقة مسرحية قال ،



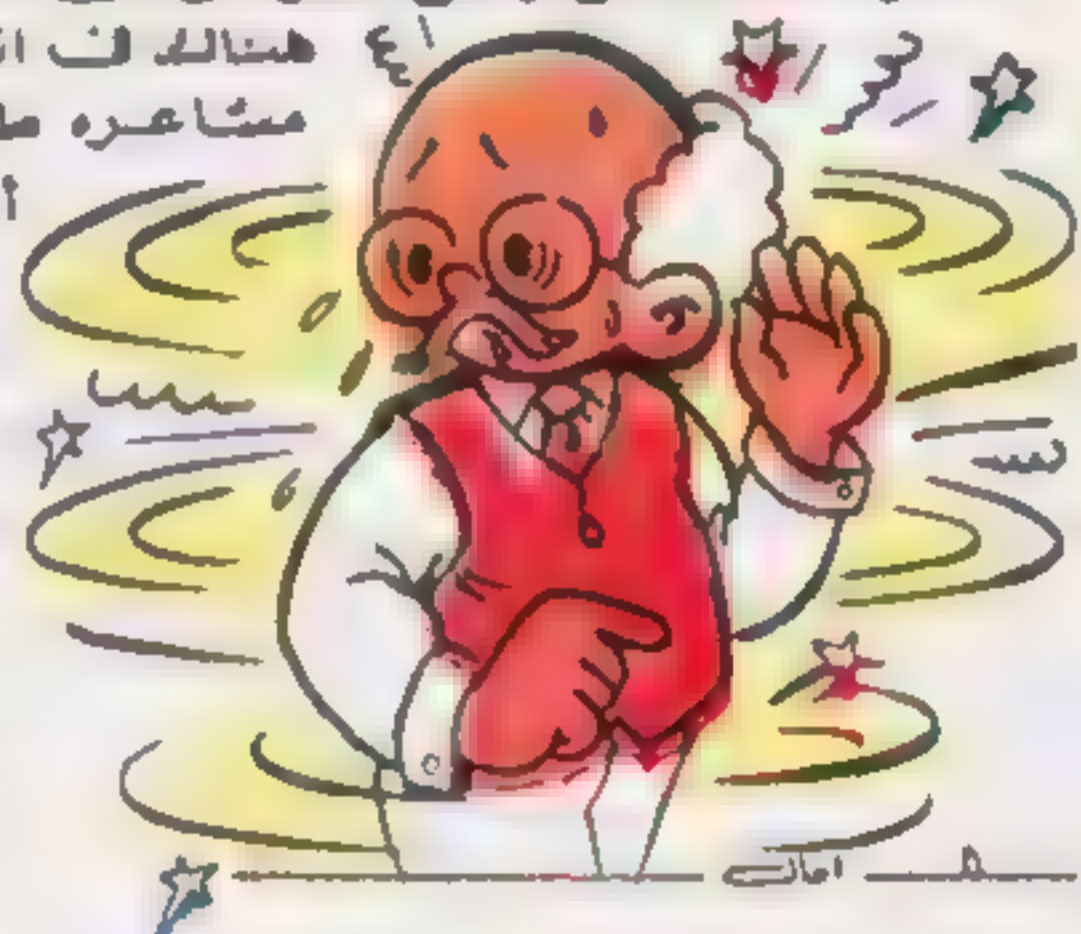
" رجب " - وأعلن " فزدف " دهشته بنجاحه -
فوضعتني جد وعلم ركبتة وهمس في أذني ،
" غيب آخذك معي أثناء نقل الأثاث
الجديد للبيت الريفى الجميل " -

- " طبعاً - طبعاً أحب .. وإن شاء الله سنروح آخر الدنيا - آخر الدنيا - ويوافق بابا وماما
وقضيت بقية ليلة شم النسيم في معاوشته في وضع البطاطين والأغطية في صناديق ، ومجموعة
من أواني المطبخ في صناديق أخرى ، واستيقظنا مبكرين فنور وصوبوا مجموعة من
الرجال جاءوا لنقل الأثاث في عربة خاصة لنقله إلى البيت الريفى الجميل (كما يحب
أن نسميه) .. وظلت الحركة مستمرة وسريعة ، وبعد أن تأكدوا من نقل كل الأشياء إلى
السيارة ، وأعطاهم جد والعنوان ، انطلقوا بالسيارة



ليتمكنوا من العودة قبل غروب الشمس ، ووعدهم
جد و أن يسبقهم بسيارته الصاروخية ، ليكون في
استقبالهم ، وطلب منهم عدم إدخال
أى شئ في البيت حتى يصل ويضع
معهم كل شئ في مكانه الصحيح -
وبعد اختفاء سيارة النقل ، بحث عن
جد و في كل مكان ، ولم يجدنى ، طبعاً
انزعج بشدة ، وأصابه القلق لسببين ،
فهو لا يعرف مكانى ، والسبب الآخر عمال النقل

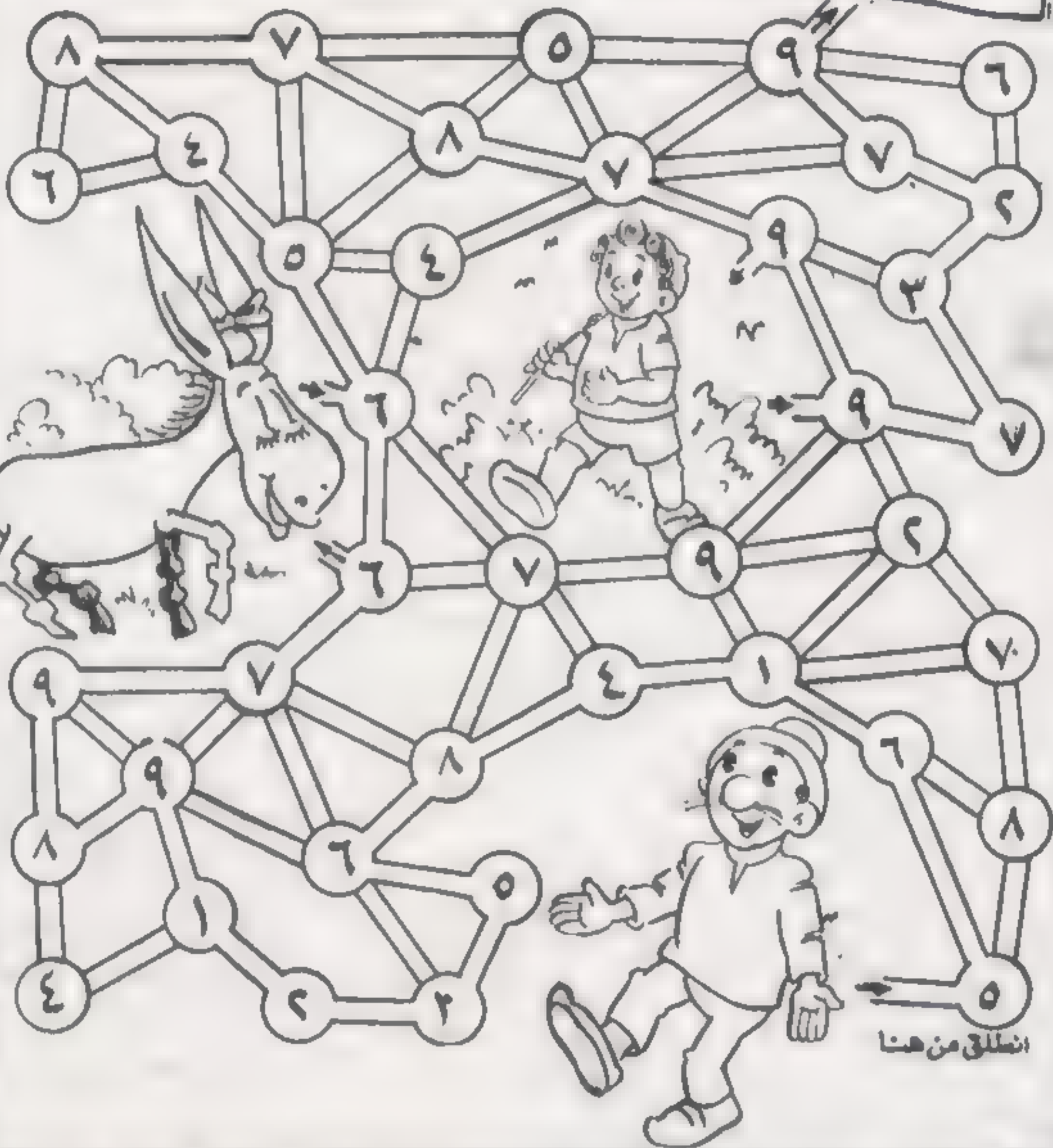
المساكين ، سوف يقفون هناك أمام البيت ، ولن يتمكنوا من العودة أثناء النهار ، ومن جديد
ظل يبحث تحت الكراسى ، وف المطبخ ، وسأل عن الجيران - ليس فى أثر ، وفجأة ارتفع
رنين التليفون ، وجاء صوت سائق السيارة ، " يا سيادة الباشمهندس ، انظروا هناك هناك ،
إننا البشه الصغير - ربنا بطول عمره - نام على مرتبة في السيارة ، وأول ما وصلنا صبحى ،
وهو ساعدنا في وضع كل شئ في مكانه الصحيح ، فعرفنا نرجع بسرعة ، وهو
هناك انتظارك " - ولما حكى لى جدى - تخيلت
مشاعره طول الوقت ، ورغم أن نمت من التعب ، مع هذا
استحق العقاب ، لأن سببت له كل هذا القلق والإزعاج



ومع هذا عندما وصل
البيت الريفى الجميل
لم يفكر في عقابى لأنه
كان مثقولا بعناات ،
وسعيداً لأن استطعت
معرفة وضع الأشياء
في مكانها الصحيح
عصام

البيات

كم عدد الكيلو مترات التي قطعها ، جحا ،
حتى يصل إلى حمارة ، فريسة ، ، وكم عدد
الكيلو مترات التي قطعها حتى يصل إلى ولده ؟
وكم عدد الكيلو مترات التي قطعها هذا
الثلاث إلى أن يصلوا إلى بيت جحا ؟



انطلق من هنا

الأسبوع القادم ٢٥ أبريل ١٩٩٣ .. نلتحق على خير ..
وموعدنا في سينا .. لنستمع معاً لأجمل الحكايات والمغامرات ..
والسواء اللقاء ..





حكاية .. صائد الأسماك الصغير .. الذي



فها هم ، البواسل ، الشجعان ،
و دندش ، الطريف

وعينا ، جها ،
بقله الخليف

و تهته ، النظيف

كذا ، عصام ، الصعل ، الطيب ،

مناير

الشريف

و فايز ، الرسام

المبدع ، البسام

و آخرون ،

آخرون

في خيالنا بالقون

و انشعر

و الفنون

وضحكات حلوة تضح بالمرح

نصحو لها

نسى لها

عند صباح الأحد

مجلسة ممتعة

خالدة ، للأبد ..

صار اسمها الجميل

مصباحنا الأصيل

لرحلة الفرح

●

مجلسة مدمشة

بقرضا الجميع

بحبها الجميع

صار اسمها الخفية

بصفي لها الربيع

●

فكيف يستطيع

شاعرنا الوديع

أن يفتي ، سمير

وهو الفتى الفقير

لكي يصير في غد

مؤلفا مشهورا ؟

●

وبكر الصغير ..

لا بد أن يحوز كل ، أحد ،
محة

عبرها كالورد

ولهاة

ولهاة

وجدتها

وجدتها

أخدا

أخدا

أمنكها

مجننى

أعطتها ..

الآن لن منعنى شئ ، ولا أحد

عن موعدي ، عن فرحتي ، يوم

الأحد

●

وذهب الصغير

الهادئ ، الطيف

بالشص ، نحو البحر ، في البكور

براوغ الأسماك

بحاور الأسماك

بخادع الأسماك

فتهرب الأسماك مرة

أو مرة : تروح للهلاك

عائقة ، يا بؤسها ، في الشص

بارصة ، يا حسنها ، في

الرقص

■

يا صبرة

يا صبرة

صديقنا الطيف

بيله الذي في الصباح

أو يلحبه الهجير ..

حتى يعود آخر النهار

مطلقا أسماك الكثار

في الخط

فرحانا ، بلا غرور

●

يا سيدة

يا سيدة

بصيده الوهجر

●

ويعرض الصغير

كان ياما كان

في قرية صغيرة

لا تروح الوجدان

كان صديق هادي

في شلة الصبيان

يريد أن يصير

مؤلفا مشهورا

وشاعرا كبيرا

●

لكنه

لكنه

كان فتى فقير ..

صديقنا الذي يهيم في الخيال

ويعشق الأشعار والقضاء

والأزجال ...

●

فكيف يستطيع

هذا المفكر المتأمل الوديع :

أن يفتي كتابا

أو يشتري مجلة يحبها الجميع

يسمى لها الجميع

بالشوق يوم ، الأحد ،

يلوح من سطورها

عطر

كعطر الورد

كأنها بستان

بل انها بستان

اذتصبح شاعراً في مجلة سمير...

كنا الشاعر / أحمد ذر زور



أحمد ذر زور

الحائز على جائزة الدولة
التشجيعية في فئة الطفل لعام
١٩٩١ م.

اسماعة للبيع

وهو الجائع الفقير

.....

قرشاً ، وءاء قرشاً .

يوماً

وءاء يوم .

حتى يصير العظم :

علماء ، صباح الأحد

ليشتري مجلة

صيرها ، كالوريد .

وعرت الأيام

والشهور

والأصوام

والصائد الهمام

صديقنا الفحول ونظ شنة

الصبيان

في قرية صغيرة

لا تخرج الوجدان

قد حلق الأحلام

وصار شاعراً

يقول للإنسان :

يا إنسان

ارادة الإنسان

تصير الأكران

وكلية الفنان

يظهر بالامان

واليوم

هل تدرون

من يا تراء يكون

صديقنا الشاعر

الصائد الصابر

لنقرأ التولع

ولنفرحها بربيع

يأتي مع الميلاد

ميلادنا أعواد

واسمير، مولدنا

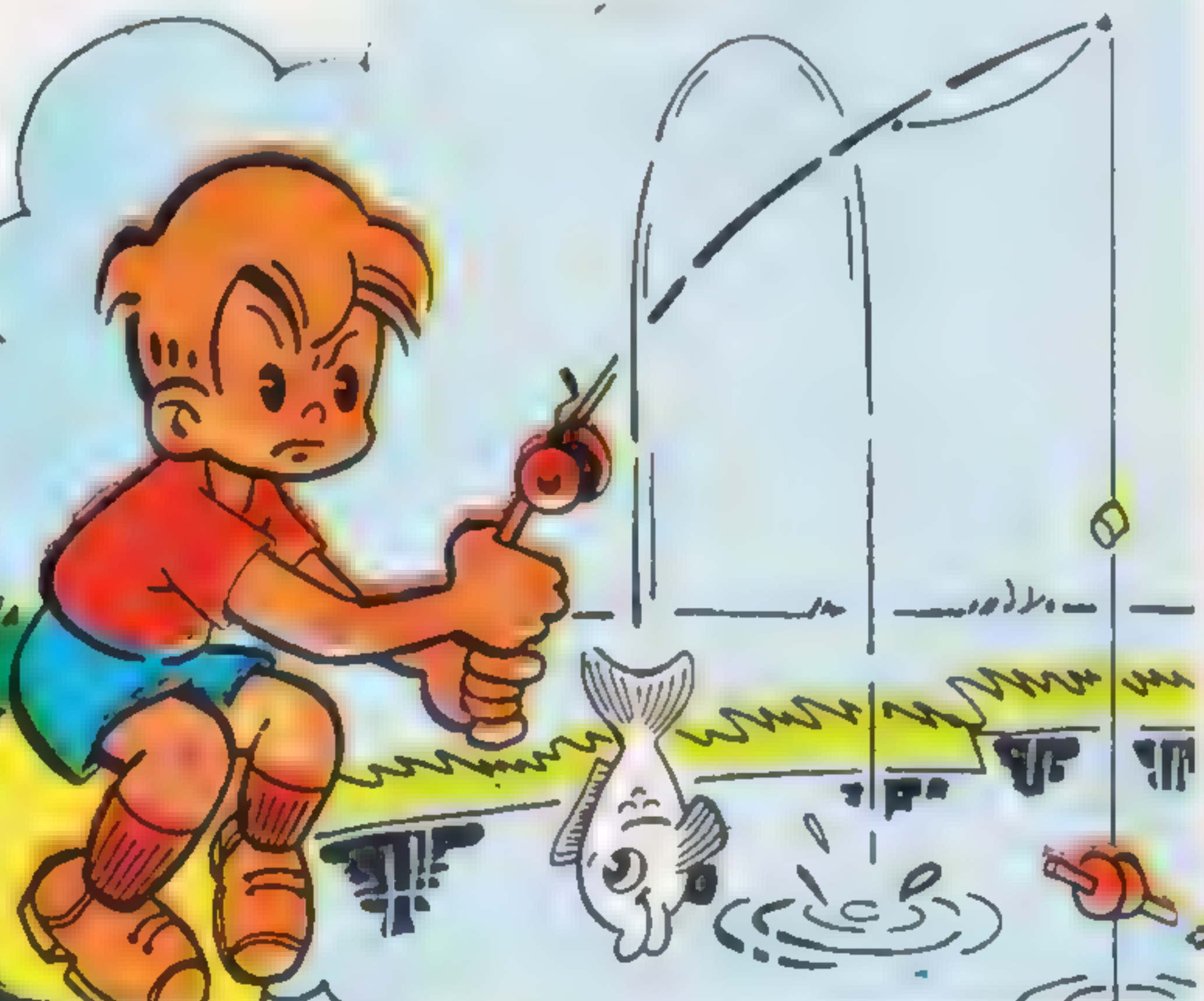
واسمير، مولدنا

فليسعد الأولاد

وليهدنا الأولاد :

بشذى مهلتنا

وربيع فرحتنا

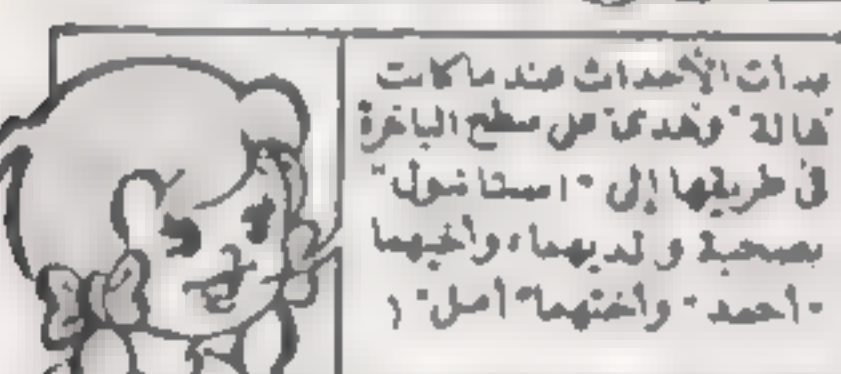


عبد السعيد

التوعمه هـ هـ

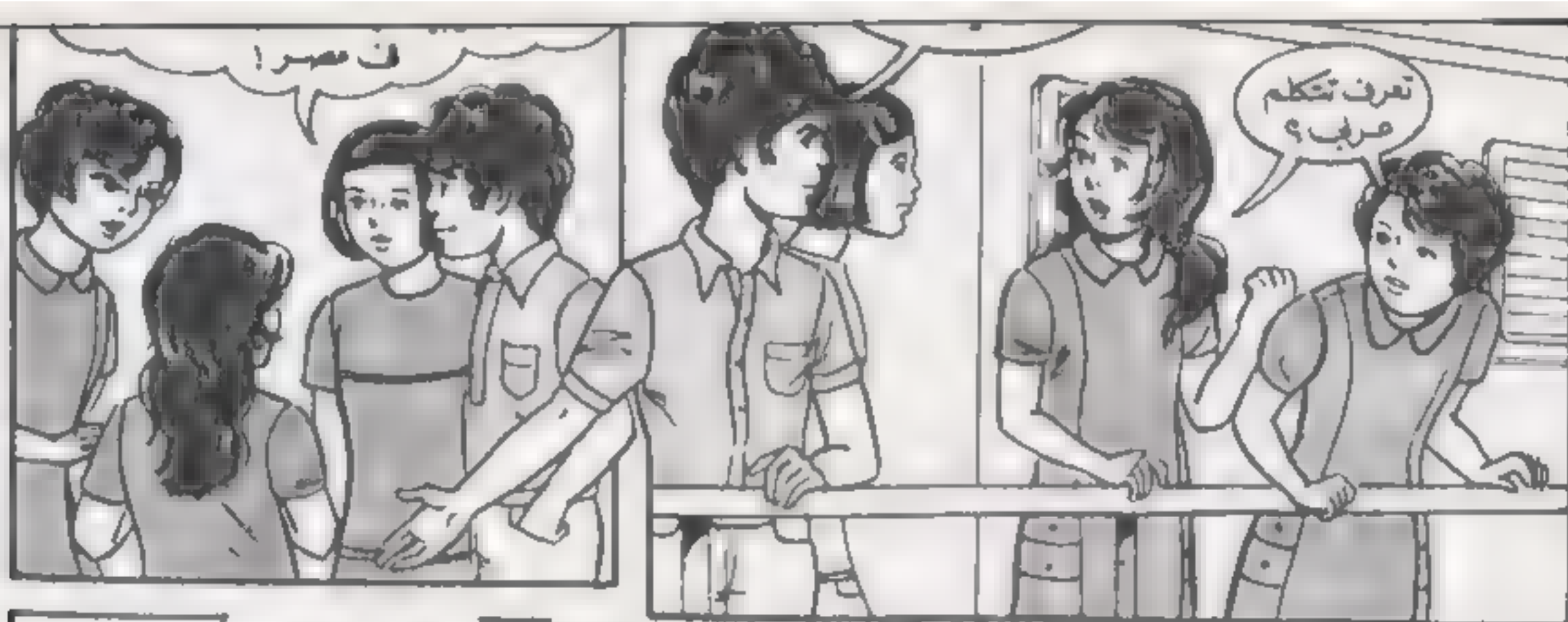
رحلة الأحلام

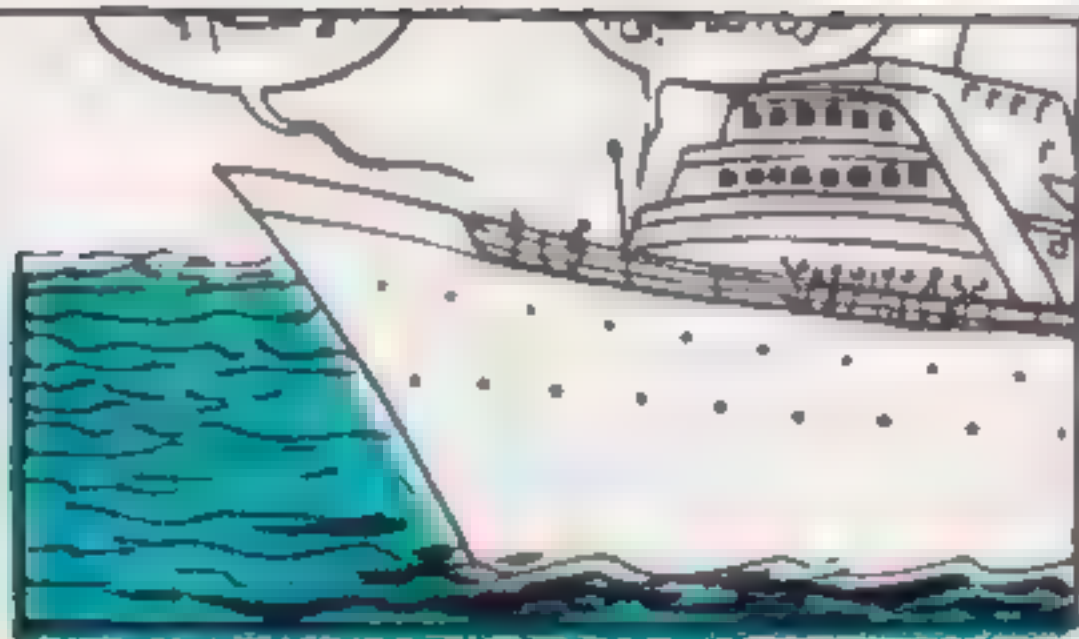
ومغامرة في بلاد الأناضول بحثاً عن القروء



لحسن الحظ أن والدنا وافق على طلبية دعوة صديقه التركي، حتى يمكننا أن نرى المدينة التي كانت من قبل عاصمة الخلافة العثمانية!







لنظف
لمسكين

البوسموز



وبعد أن رست السفينة على رصيف الميناء -

مراد - مراد -
والدانا في النظارة!



لأن هذا الذراع الذي
يتقدم في البحر ويقسم
المدينة نصفين له
شكل القرن!



بعد قليل -

صديق العزيز

عزيزي أحمد -
أقدم لك زوجي!



هذه حالة لا وقت للشرشرة الآن -
أبعد فأرنا ينتظرون على الرصيف!



شكراً لكما، خاصة أن
أسرنا كبيرة العدد!

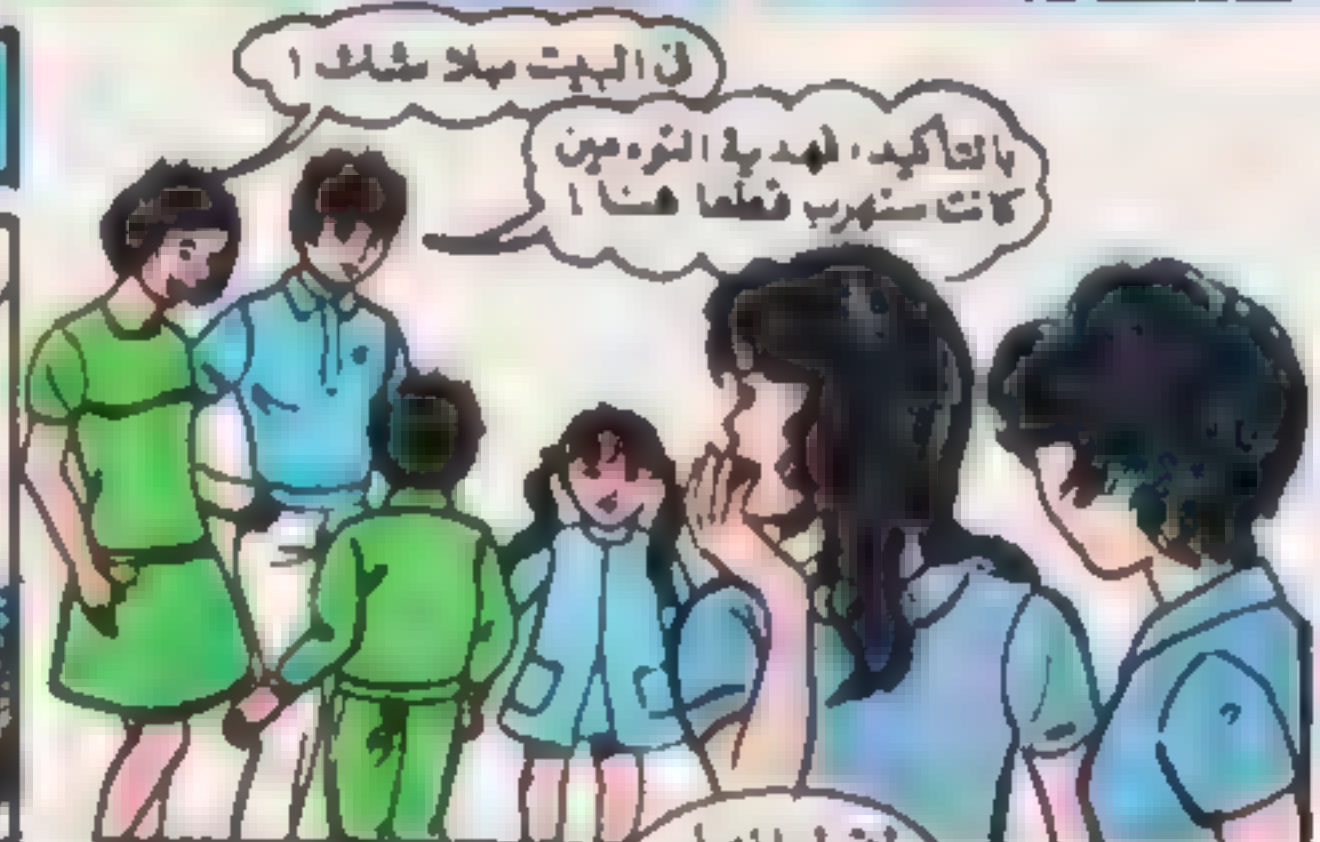


شكراً على
دعوتك لنا!



مر وقت طويل منذ
كنا زميلتين في
الحكومية!





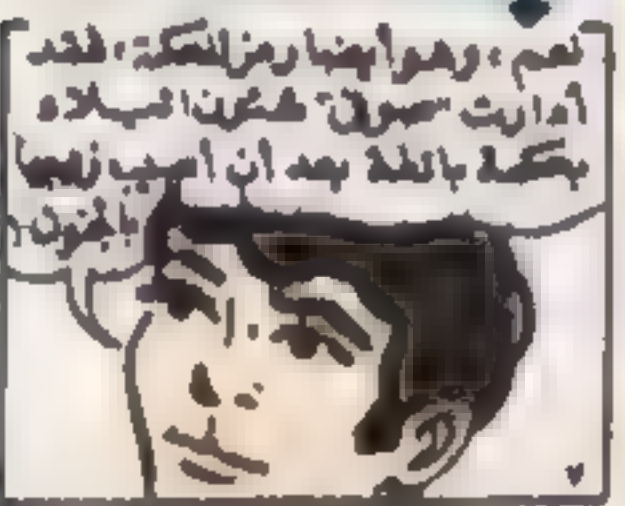
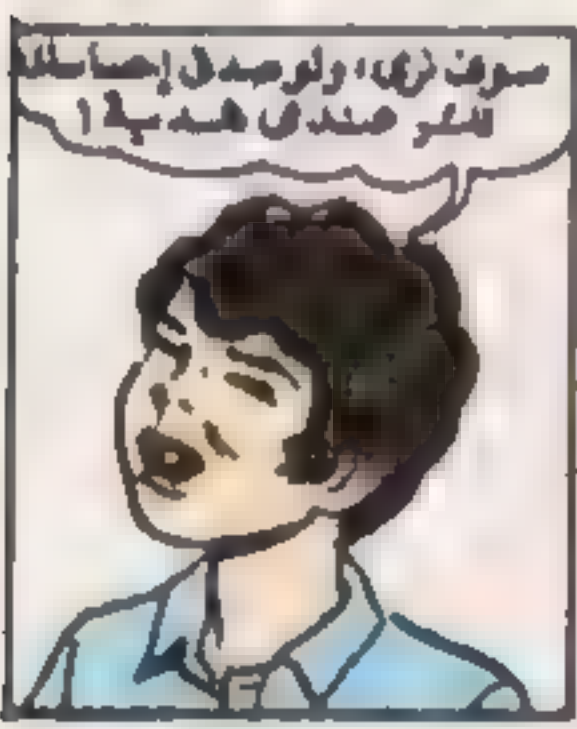
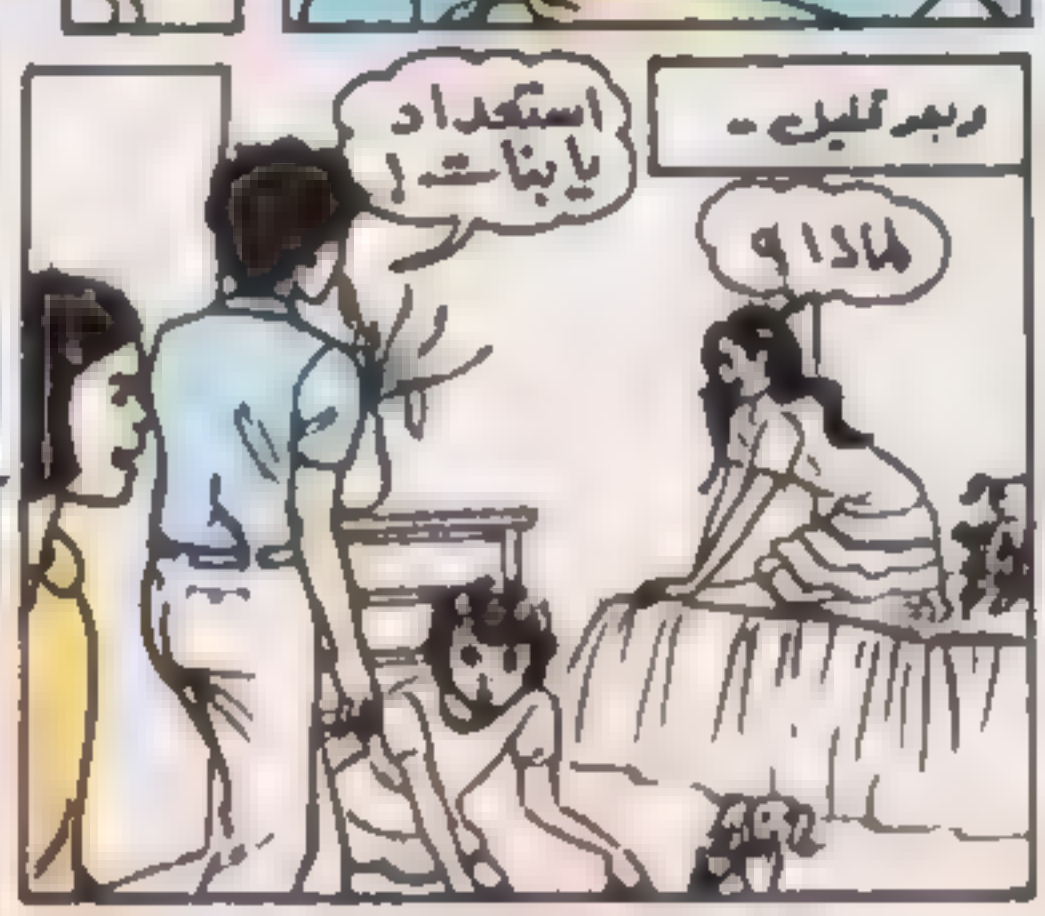


وسعد الصبيان بالتمرن على مصطنع
الذئب الأصفر لأملوا رسالة -



ثم دخلت العائلة
البيت واستمنحت
بالطعام التركية -





تابع الأحداث الأحد القادم .. إذهب للتساء



صلاة الجماعة



سألني صديقي
طارق حسن عامر (١٠ سنوات) كسر
الشيخ ..
● هل يجوز لفرقة واحد أن يصلي خلف إمام
، وهل تعتبر صلاة جماعة ؟ وهل يجوز أن
تصلي الخسرة وهمسرها سنوات ؟

● نعم يجوز ، وصلاة الجماعة تتمتع بواحد مع
الإمام ..

ورداً على ذلك من الخسرة
والصلاة ، المرجع هنا قول الرسول ﷺ
قال :
« مسروا أولادكم بالصلاة إذا بلغوا سبعاً ،
واضربوهم عليها إذا بلغوا عشراً » .

مسابقة احباب الله

أسماء الحيوانات في القرآن الكريم

أصدقائي .. صديقاتي ..

اليوم موعدنا مع المسابقة الاسبوعية ، ومسابقتنا في هذا
العدد .. لأحباب الله ..

قال تعالى : « أفلا ينظرون إلى الأبل كيف خلقت ... »

صدق الله العظيم

ذكر الله سبحانه وتعالى أسماء بعض الحيوانات في كتابه العزيز

ولكل حيوان قصة ..

والمطلوب منك :

- كتابة اسم السور ، والآيات ، التي ذكر فيها الحيوان :

- تنتظر الإجابة أول مايو ٩٣ ، وتذكر من فضلك كتابة تاريخ

ميلادك ..

- ومعدنا . أن نبحث لنا بصورتك لننشرها مع إجابتك ..

الجوائز : ١٠٠ كتاب للناشرين .

جدد - الرسول

من ههنا ؟

المسؤول من : صديقي عبد الله مسعود

(٩ سنوات) بين السرايات . الجزيرة ..

انها الشبابة ..

أصها حلقة السعدية مرضعة النبي

الكريم .. واسمها : هذالة ابلة

العارث ..



الرياضة :

الرشاقة + اللياقة + الحيوية
= حياة نشطة .. حياة خالصة
بالصحة والحيوية

أسرع أبطال العالم



نهائي المائة متر ليس سباقا عاديا ..
إنه أشهر وأسرع وأصعب سباق سرعة في الدورات
الأولمبية .. وبالنسبة للجماهير ، سباق ١٠٠ متر ،
أكثر سباقات الجري القصيرة تشويقا .. وإثارة .. ويُنال
الفائز به إلى جانب الميدالية الذهبية ، اللقب الضال
الأثير ، لقب أسرع رجل في العالم ..

اللاعب الأسمر .. حامل الرقم العالمي

هذا اللقب فاز به الأسمرى الأسمر ، كارل لويس ،
الذي لا يتنازل عن الوقوف على عرش البطولة ، وظف
شامطا في المباريات الدولية على المنصة ، ليوضع حول
رقبته الشريط الذي يحمل الميدالية الذهبية لتزين صدره ..
في دورة سول عام ١٩٨٨ ، كان التنافس بين هذين لا
ثالث لهما ..

- كارل لويس انجاز باميدالية ذهبية في بطولة
في طوكيو ، وقطع المسافة في زمن ٩.٨٩ ثانية
- بن جونسن العداء الكندي حامل الرقم العالمي ٩.٨٣
ثانية .. وفي دورة سول سجل رقما عالميا جديدا هو ٩.٧٩ ثانية ،
ولكن يعلم القراء قصته مع المنشطات ، وبناء عليه تم تجريده
من الميدالية الذهبية ، وفاز ، كارل لويس ، الذي حافظ على
اللقب الأولمبي .

شيخ الأبطال

وفي دورة برشلونة ، وبسبب مرضه ، استبعد خلال
التصفيات للطريق الأولمبي ، ولأول مرة منذ أولمبياد لوس
أنجلوس ٨٤ ، لم يلق كارل لويس ، عند خط الانطلاق في
سباق ١٠٠ متر .

وأمام ٦٥ ألف متفرج انطلق العداء البريطاني ، لينفورد
كريستي ، وهو بطل أوروبا ، ويطلق عليه «شيخ الأبطال» ،
(لم يزل من قبل في دورات أولمبية) وفاز بسباق ١٠٠ متر ،
وحقق زمنا قدره ١٠.١ ثانية .. بمعنى لم يعادل ، ولم يحطم
رقم كارل لويس ، العائى .. وقال وصف شعوره بعد الفوز :

- كل ما أعرفه أنني انطلقت في اتجاه واحد ، ولم أعرف ما
حدث إلا بعد اعلان فوزي .. إنها أعظم لحظة في حياتي ،
وحملت ١٢ عاما بصدق والخلص للوصول إليها ..

سويج كمالقديفة

وفي نفس الدورة برشلونة ، أضاف ، كارل لويس ، لوصفه
المسابي من الميداليات (٨ ميداليات ذهبية في ٣ دورات
أولمبية) .. وأحرز ميداليتين ذهبيتين ..



واللقب الخالد الأثير

- الميدالية الذهبية الأولى في الوثب الطويل ..
 - الميدالية الذهبية الثانية في التتابع ١٠٠ x ١٠٠ ..
- وبعد هذا الفوز تحدثت عنه الصحافة الرياضية العالمية ، وقال عنه نقاد الرياضة :
- أنه يستطيع أن يجرى بسرعة القذيفة ، ويمكنه أن يجر المحيط في لحظة واحدة ..

انعاش .. ألعاب القوى

بعد دورة الألعاب الأولمبية الصيفية في برشلونة ، سافر «كارل لويس» إلى مدينة برلين الألمانية ، لينتقل باللاعب البريطاني الفائز «لينفورد كريستي» .. وتفسيره لهذه الرغبة في لقاء الفائز في الدورة يقول :
- في التجهيزات المختلفة ، تنظم لقاءات التحدي الشريف بين عمالقة اللعبة لرفع مستواها .. مثلاً في لعبة كرة السلة ، تم اللقاء بين «ماجيك جونسون» ، واللاعب «لاري بيرد» .. وهذا اللقاء ساهم في انعاش دورة كرة السلة في أمريكا ..

واللقاء مع «كريستي» يساعد على رفع مستوى ألعاب القوى .. وبالرغم من النتائج الحلوة في برشلونة ، لكن ألعاب القوى تحتضر في أمريكا هذه الأيام .. وهذا اللقاء وهذا التحدي ، ينشأ ألعاب القوى .. والأفضل ألا نسميها «تحدي» .. بل اثبات ذات .. المنافسة مدهشة .. ومنعشة ..

أصرار

سأله صحفي إسباني :

- هل فكرت في الاعتزال في حالة عدم فوزه ؟

- لم يخطر في بالي أن أعلن الاعتزال .. بالعكس ، برشلونة ؟

عدم الفوز يجعلني أقل أحاول وأتدرب ، حتى أتأهل - استقبلني بحفاوة هائلة ، وهنأوا لي : «خط سعيد للفوز من جديد» .. عدم الفوز يزيدني إصراراً على استعادة في الوثب الطويل ..

انتظروا هذا البطل

نجم صغير لمع اسمه في لعبة الكاراتيه ، أنه : «محمد شوقي عيش» ، تلميذ بكلية السلام ، وعضو بنادي هليوبندو ..

أظهر نبوغاً في لعبة الكاراتيه حصل على العديد من

البطولات ، مما أكسبته الجراءة ، والخبرة واستطاع الحصول على بطولة الجمهورية هذا العام .

أمنيته تمثل بمصر في السعاف الدولية ، والعربية .



تا صراخه پير باسم نهته
معلم باليه



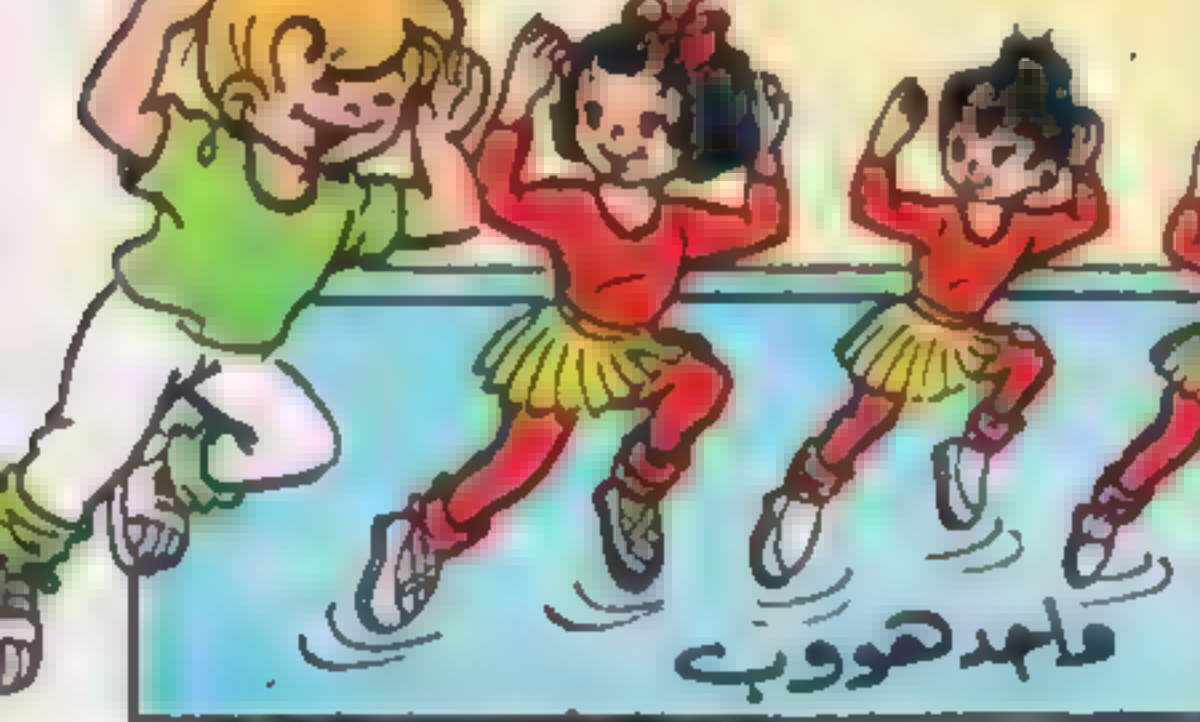
يعني ممكن
اعتمد عليك
يا شامره؟
لا داعي للقلق...
أنا فنان متعدد
للمواهب..



بصوا يا بنات... مطلوب فقط تقليدوا حركاتي تمام

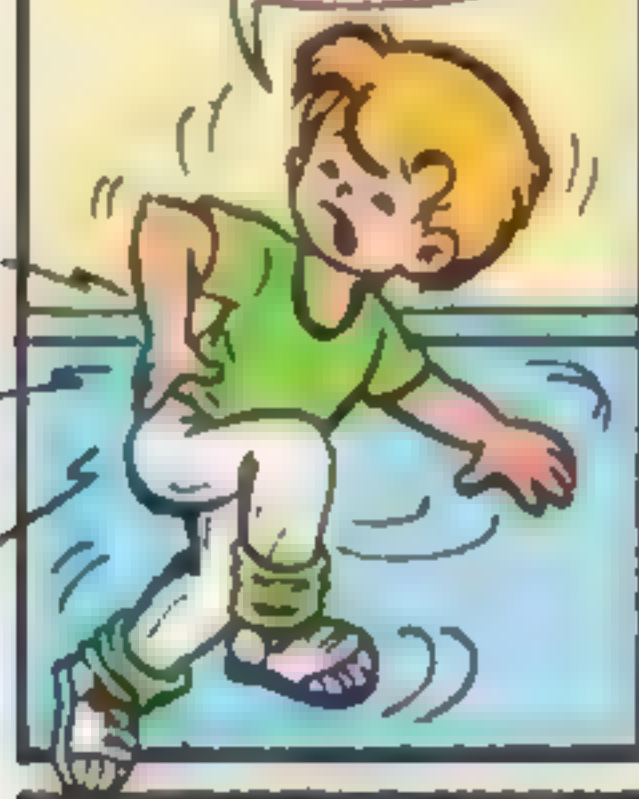


واحد.. هوب



واحد هوب

افخه افخه ظري



اثنين
هوب



واحد.. اثنين.. هوب

افخه افخه... افخه افخه... ظري



على باب غرفتك .. عالمة الطاهر .. يمكنك رسم
 «رئيس» . (على اسم حمار الباقوت الأحمر الجميل)
 ليحرسها ويحلب الرزق والظفر والعق .. هكذا يعتقد
 الأطفال في فرنسا وفي ألمانيا ..
 الأرنب «رئيس» .. يمكنك تليفه كدمية .. تعلق على الجدران
 والمطلوب :
 • قطعة قماش بيضاء للأذنين ..
 • قطعة قماش بنفسجي للجسم ..
 • قطعة قماش مربعة للشورت ...
 • قطن ..

الآن هنا

جسم أرنبوي

الآن هنا

رأس أرنبوي

الآن هنا

أذن أرنبوي

خطوات العمل

1- رسم الجسم

- شق كل الأجزاء : الجسم ، الرأس ، الأذن ، الحذاء ، القفاز ، الشورت .. كل جزء تشقه مرتين
- شق القفاز 4 مرات ، وأبنا الأذن .
- لاحظ ثقب الورقة في المكان المكتوب عنده :
 الآن هنا وبعد فتحها يصبح الجزء كاملاً
- كبر الرسم بالمقاس الذي تريده للأرنب «رئيس»

2- تليفه كدمية

- بفرزة الماكينة أو اللق طيظ جسم «رئيس»
 مثل شكل (1) ، ومكنا مع بقية الأجزاء
- بالقطن ، ادهش الجسم والأذنين .
- ثبت الأذنين والقفاز والحذاء ..

- ثبت قطعة بيضاء صغيرة للمعينين ،
 وأخرى للأذن ، ولونهما بالفلوماستر ..
- ثبت قطعة قطن للوجنتين والشوارب .
- بعد غسطة الشورت ، بلمسه
 «رئيس» ، وتذكر الحمايات ، وهي عبارة عن
 قطعة قماش مستطيلة رأسية من الإمام

وبالسود من الخلف -
 (شكل 2) .. ويصبح أجمل لو
 زينت رقبته بشرائطه ..

الآن هنا

حذاء أرنبوي

قفاز أرنبوي

شورت أرنبوي

الآن هنا

شكل (1)

شكل (2)

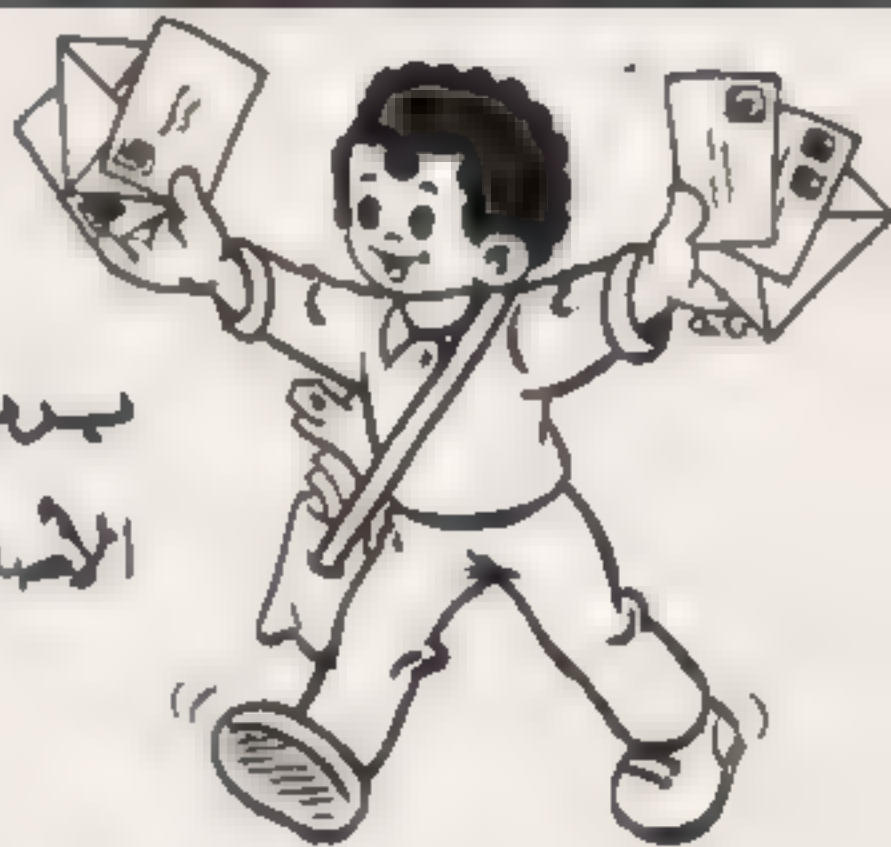


عيدكم مبارك



...kullar, sağık ve
mutluluklar dilerim

سعيد
الأصدقاء



مجلة الشطار



محمد حدى -
أحمد على
بطالة ١٥١٨
العابسة -
القاهرة

يا مجلة كنوة .. لكل الاحمر
يا حطر الطقولة .. يقرأها كيار وصغار
يا مجمعه الاحباب .. فى كل الاقطار
سمورها سماره .. يا مجلة الشطار

يا بسمه الصباح كل يوم حد
قصصك .. رسوماتك .. جمالها ما له حد
يعبها الأب .. الأم .. الطيب والحد
سمورها سماره .. يا مجلة الشطار

عيد ميلادك .. أجمل الأعياد
يا فرحة الأولاد فى كل البلاد
عقبال ألف سنة .. ونهلى بالميلاد
سمورها سماره .. يا مجلة الشطار

طائر لا ينام



ناصر إسماعيل عبد المنعم
١٩٩٦ -
السيدة زينب - القاهرة



طيور الصمامة ، من الطيور التي تستطيع أن تحلق أسبوعاً كاملاً فى
الهواء ، دون التذلل للأرض ، ولذلك فهي بالتاكيد تقام أثناء الطيران ولو
على فترات وجيزة تغفو فيها ثم
تستيقظ .

بطل الجبل الأخضر



مصطفى سامى عبد المحسن
٢٨٧٢ -
سرس اللبان -
المنوفية



نشأ فى إحدى قرى إقليم الجبل الأخضر بليبيا ، كان شيطا كبيرا لكنه كان
شعنة وطنية ، استطاع أن يدوخ المستعمر الايطالى ، التفت حوله الشعب الليبي
، وأهله وشاركه الأطفال والشباب والشيوخ فى شرف الجهاد ضد المستعمر
الفاشم ، واستمر بجاهد حتى وقع أسيراً ، وذهب شهيداً فى سبيل الوطن ..

أبي كمال ٠٧١ ، أباي ٠٧١ ، أباي ٠٧١ ، أباي ٠٧١
.. أبي كمال ٠٧١ ، أباي ٠٧١ ، أباي ٠٧١ ، أباي ٠٧١
.. أبي كمال ٠٧١ ، أباي ٠٧١ ، أباي ٠٧١ ، أباي ٠٧١
.. أبي كمال ٠٧١ ، أباي ٠٧١ ، أباي ٠٧١ ، أباي ٠٧١
: أباي ٠٧١



اعرف نفسك، هل يدرك الخضراء؟

ما هو أئيد الخضراء...؟ ..إنها يد الإنسان الذي يحب أن يزرع النبات والزهور، ويحافظ عليها . فقل يدك خضراء؟
لتعرف ذلك أجيب عن الأسئلة التالية .. واعط لنفسك ٣ درجات
عن الإجابة (١) ، ودرجتين عن الإجابة (ب) ،
ودرجة واحدة عن الإجابة (ج) .

١. درست كتباً عن حديقة عذت الزهور والنباتات :

- أ. تشرح به وتقرؤه
- ب. تكتبه فقط
- ج. لا تكتبه

٢. كم من أنواع النباتات التي تعرف؟

- أ. أكثر من عشرة
- ب. أقل من خمسة
- ج. ثلاثة فقط



٣. عندما تذهب عذاً فداً فداً، ما هو أول شيء تدرسه ؟

- أ. هل يملك نباتات طين
- ب. هل هنارة ينظر على حدائق
- ج. هل يحب تليق ريوت



٤. هل تفضل تنظيم وتحفيز مجموعات ؟

- أ. نباتات وزهور
- ب. زهور فقط
- ج. عملات ومزيج



٥- هل تفضل قضاء أجازتك، أو وقت فراغك يوم الجمعة ؟

أ- في الذهاب إلى الريف ؟

ب- تنزهه في الحدائق العامة ؟

ج- اللقاء مع الأصدقاء ؟



٧- تدرعت بظاظ أو قلنا من أوجبات ظن ؟

أ- بموااليز ومكسر ؟

ب- تظهر بعض لوزيات فقط ؟

ج- دون لوز سبب نقص مذا ؟



٦- لو رأيت مجموع من الزهور تقوم بتسيير وقطاع الشجر، فأقول خاطر يدور في ذهنك ؟

أ- أنهم يسرقوا أشجار، قطع

وتحاولون بيعهم ؟

ب- تنصف وينقص شيت ؟

ج- العناية برتجهم ؟



٨- تقرأ أناس عديدين منها يا صديقي، أو تقرأ من ؟

أ- الذين يقرأون بها في الحدائق، ويحبون القراءة ؟

ب- أناس من هنا فقط ؟

ج- الذين يقرأون في المدارس ؟



٩- هل تعتقد أن زهور سادات همرا وفي سن ؟

أ- صمغوني ؟

ب- حميل ؟

ج- صبرونة ؟



١٠- تقرأ أناس عديدين منها يا صديقي، أو تقرأ من ؟

أ- الذين يقرأون بها في الحدائق، ويحبون القراءة ؟

ب- أناس من هنا فقط ؟

ج- الذين يقرأون في المدارس ؟

د- الذين يقرأون في المكتبات ؟

هـ- الذين يقرأون في المقاهي ؟

و- الذين يقرأون في الحدائق ؟

ز- الذين يقرأون في الحدائق ؟

ح- الذين يقرأون في الحدائق ؟

ط- الذين يقرأون في الحدائق ؟

ي- الذين يقرأون في الحدائق ؟

ك- الذين يقرأون في الحدائق ؟

ل- الذين يقرأون في الحدائق ؟

م- الذين يقرأون في الحدائق ؟

ن- الذين يقرأون في الحدائق ؟

س- الذين يقرأون في الحدائق ؟

ع- الذين يقرأون في الحدائق ؟

ف- الذين يقرأون في الحدائق ؟

ق- الذين يقرأون في الحدائق ؟

ص- الذين يقرأون في الحدائق ؟

ض- الذين يقرأون في الحدائق ؟

ط- الذين يقرأون في الحدائق ؟

١١- تقرأ أناس عديدين منها يا صديقي، أو تقرأ من ؟



حكاية البيت الأبيض



مصدر
مصدر - بطاقة
٢٨٣٩
زيت - القاهرة



ملج عبد الحافظ
مصدر - ٢١٢٨
قريب - بنها

تقدر بالملايين من الرسومات الزينة لمشاهير الرسامين والفنانين وعدة أماكن للترفيه، ملاعب تنس، حمام سباحة، وملعب للبولينج، وقاعة كبيرة لكرة الطاولة، والهاردو، وغرفة للرياضة البدنية، ومسرح به مكتبة تضم تقريباً كل الأفلام التي تتجها هوليوود، ويضم ملحناً للبيت الأبيض استراحة، كالمب ديليد التي تبعد عن البيت الأبيض حوالي ٢٠ دقيقة بالطائرة الهليكوبتر، والحصار المسافة فإن الرئيس الأمريكي يمضي فيها مع أسرته أجازة نهاية الأسبوع لممارسة رياضته المفضلة مثل التنس والسباحة وركوب الدراجات . والشهور عن استراحة كالمب ديليد أن الرئيس الأمريكي الأسبق جيمي كارتر، صرح قبل انتخابه بأنه

كتب المراسلان الصحفيان عن البيت الأبيض .. أنه نواره خواطر وتنقص الرسالتين ، ولي تطيق من قراياتي .. سأل الصحفيون زوجة روس بيرو، البيوتنير الأمريكي الذي رشح نفسه منالما للرئيس كينتون :

عام ١٨٠٠ ، ولكن بعد ١١ عاما، تعرض لحريق كبير ، فأعيد ترميمه ، وتم طلاء جدرانه التي سويتها التيران بطلاء أبيض . منذ ذلك الوقت ، تعود الأمريكيون على الإشارة إليه باسم البيت الأبيض . ساكن هذا البيت بوضع تحت تصرفه ١٢ سيارة لموزين، ١٨ طائرة نظام ، وعدة غير محدود من الطائرات الهليكوبتر، وتكثير تكاليف صيافته ، فإنه يسمع للسباح بزيارته ، وهذه الرسوم التي يدفعها الزائر، تنهب إلى بند الثقافة والصيانة . مصروفاته تضم ١٠٠ ألف نقطة أثرية نادرة ، ومجموعة

● ما هو شعورك إذا نجح بيرو، وأصبح رئيس أمريكا؟ - اجابت : أظن أن هذا سيكون يوماً نهما في حياتي لأنني سأضطر إلى ترك بيتي، والاستقال للحياة في بيت صغير ، مثل البيت الأبيض . ومن قراياتي عن البيت الأبيض أنه يضم ١٢٢ غرفة، وعدة قاعات أشهرها القاعة الشرقية المخصصة لحفلات الاستقبال ، والقاعات الزرقاء والحمراء والخضراء . وقد وضع أساس البيت الأبيض عام ١٧٩٢ من ٢٠٠ سنة واستغرق في بنائه ٨ سنوات ، وكان جون هامر، أول رئيس أمريكي أقام فيه

مراسل سمير الصحفى الناسى



صديقى لاعب الكونغ فو

الاسئلة فاكثها أنت !

- ؟
- إسلام محمد حسن .
- ؟
- أعرب على رياضة الكونغ فو في مركز شباب الجزيرة .
- ؟
- الفضل يعود لعرب الكونغ فو ، كالمب محمود عبد المنعم .
- ؟
- هي في الأصل رياضة دفاع عن النفس .
- ؟
- انها رياضة ملهبة جدا ، ننحك للرشاقة والليونة وتساعدك في الدفاع عن نفسك .



مصدر علاء الدين
- بطاقة ١٧١٦
عابدين - القاهرة

في لقاء سريع جداً مع صديقى لاعب الكونغ فو، كانت هذه الاجابات ، أما

خاص . وعاجل

صديقتنا منى مجدى (الدوحة - قطر) تسأل عن شروط الانضمام لعضوية المراسل الصحفى الناسى .. ؟ أولاً : أهلا بك يا منى مراسلة جديدة لنا .. وكل المطلوب أن تتلقى بيانات استمارة المراسل في ورقة كبيرة ، وترسلها إلينا مرفقة بها ثلاث صور شخصية ،

ترسل لك البطاقة في أقرب فرصة .

ثانياً : موضوعك عن العنليب الاسمر منتشره في احد الأعداء القريبة وأذن الله .
مراسل بطاقتك ..

مراسلتنا : صبحي سليم شرف - ب ٢٨٢٥ - فلك بطاقتك ، ويسأل ماذا يعمل ..!

لقد أرسل لنا بياناتك مرة أخرى مع صورتين جديدتين ترسل لك بطاقة أخرى في أقرب فرصة .
ونرجو أن نحافظ على البطاقة الجديدة ..

صفحة .. خير من ألف ميعاد

ج : أولاً إيجاد فرص عمل للفريجين .

ثانياً : تنمية الوعي الديني للشباب من خلال وسائل الاعلام ..

س : أنكرنا أحد المواقف الطريفة التي صادفتك ؟

ج : مررت نظارتي الشمسية من سيارة الشرطة أثناء إنشغالي بفحص أحد البلاغات .

س : ما رأيك في فكرة المراسل الصطبي القاشي ؟

ج : فكرة جيدة تساعد على تنمية نكاح الطفل في أرجاء الوطن العربي .

كلمة أخيرة : كل أمنياتي لمجلة سفير بدوام الرقي والإزدهار .



معد سري خطاب - بطاقة ٢١٢٥ - بولاق العكر - الجيزة

وبالصنفة وهذا التثبيت في أروقة نادي الترسانة بنقيب شرطة : معد مصطفى علي شلب .. عمره ٢٩ سنة .. ساقتك ..

س : ماهي الأمنية التي تمنى تحقيقها من خلال عملك كضابط شرطة ؟

ج : أن يتم القضاء نهائياً على ظاهرة الإرهاب .

س : ماهو حل هذه المشكلة من وجهة نظرك ؟



نقيب شرطة : معد علي

يلكر في التخطي عنها ، ولكن على العكس كان الرئيس الأمريكي الوحيد الذي سجل رقماً قياسياً في تمضية الوقت في كتاب ديليد ، وفيه وقع المعاهدة الشهيرة باسم «كامب ديليد» بعد ١٣ يوماً أمضاها فيها مع الرئيس الراحل أنور السادات.

جيش مسلح بالأفلام والطائرات لتوزيع صحيفة يومية

اليومية اليابانية أكبر الصحف توزيعاً في العالم فهي توزع ١٢,٨ مليون نسخة يومياً .

يكتب فيها ٣٥٩٥ صحفياً ، تستخدم ٤ طائرات هليكوبتر ، و ٣ طائرات أخرى لنقل

المحربين الى مواقع الأحداث الهامة .

لهذه الصحيفة ١٣٦ مكتباً داخل اليابان ، و ٢٨ مكتباً خارجها ..

ومن الطريف أن هذه الصحيفة تتبنى إحدى فرق رياضة «اليسبول» اسمه : «يوميوري جانيش» .

«عائلة يوميوري» .
حظاً إنها صحيفة علاقة بكل معنى الكلمة .



هبة إبراهيم عبد الراضي - ب ١٤٨٥ - عن الصورة - القاهرة

تغير صحيفة «يوميوري»

لوبي الدول الصناعية

من أموال العالم ، و ٧٠٪ من حجم الصناعات التمويلية من الخامين الثباتي ، والمعنى (نطن - فحم - حديد - منجنيز) وستتبع أيضاً نصف صادرات دول العالم .

إلا أن المنافسة بينها تتسبب في بعض المشاكل ، فمثلاً تتفوق اليابان على أمريكا بإنتاجها عالي الجودة ورغم رخص سعره ، فتتألفها داخل عقر دارها .



وليد شحاتة كامل - بطاقة ٤٠٦٣ - نجرا - القاهرة

يتكون لوبي الدول الصناعية من سبع دول هي : الولايات المتحدة الأمريكية ، كندا ، اليابان ، ألمانيا ، إيطاليا ، فرنسا ، إنجلترا .
وهذه الدول تمتلك ٧٠٪

استفارة مراسل المراسل
الصحفي الناشئ



البيانات المطلوبة	الطلب
الاسم	٢
م.أب	المراسل
اسم ليد	الناشي
تاريخ الميلاد	
الجنس	
العنوان : رقم المنزل <input type="checkbox"/> الشارع <input type="checkbox"/>	
الحي	
المدينة	
المركز	
الدولة	
المدرسة	

والتي هي
مطلوبة
مراسل
الصحفي الناشئ



عزل قطاع غزة عن العالم

قطاع غزة المحتل ، موقع متسهب ،
والمارسات القمعية التي تمارسها سلطات
الإحتلال الإسرائيلي ، تنسف عملية السلام من
أساسها ..

ولقد قام الرئيس ، مبارك ، برحلته إلى الدول
الثلاث : ألمانيا ، وبريطانيا وأمريكا ، وسط جو
شجون بالسحب والقيوم ، بعد أن أعلنت إسرائيل

عزل قطاع غزة عن العالم لأجل
غير مسمى ، ولفترة غير محدودة
وقد ردت سلطات الإحتلال الإسرائيلي
إغلاق القطاع ..

جاء هذا الإعلان التمسلي بعد
ساعتين من مقتل مستوطن
إسرائيلي في شمال القطاع ، وبذلك
يكون خمسة إسرائيليون قد لقوا
مصرعهم في غزة خلال ٣٠ يوما ،
بينما استشهد ١٧ فلسطينيا
برصاص الإسرائيليين خلال الفترة
ذاتها ، بالإضافة لإستشهاد شاب
فلسطيني في القدس المحتلة .

ليس هذا فقط ، أيضا دفعت
سلطات الإحتلال الإسرائيلي
بالعديد من قواتها العسكرية
المدججة بالسلاح إلى الضفة
الغربية ، وغزة المحتلة ،
بالإضافة إلى السماح للإسرائيليين
المدنوعين بعمل السلاح ، وإطلاق
النار على المواطنين الفلسطينيين ،
كما فرض حظر التجول على مدينة
« بيت هنون » .

إن تصاعد أعمال المقاومة في
الأراضي المحتلة ، إنما هو رد فعل
طبيعي ضد الإجراءات
القمعية ، والمجازر الجديدة التي
يتعرض لها الشعب الفلسطيني في
الضفة الغربية ، وقطاع غزة
المحتلين ، رد فعل ضد البطش
بالمواطنين العرب في فلسطين

نداء يوم الأرض

باسم الشعب الفلسطيني ..
وبمناسبة يوم الأرض (٣٠
مارس) وجه الرئيس الفلسطيني
« ياسر عرفات » نداء إلى الأمم
المتحدة ، ودول أوروبا وعدم
الانحياز ، لتحرك السريع لمواجهة
المذابح بالجملة ، والمؤلف
الأساسي الذي يتعرض له الشعب

الفلسطيني ، والعمل على إنقاذ
وتأييد الحماية الدولية للشعب :
● وفقا لقرار مجلس الأمن رقم
٦٨١ ، الخاص بحماية المواطنين
المدنيين زمن الإحتلال .
● طبقا لاتفاقية جنيف الرابعة ،
الخاصة بحقوق الإنسان .
وستنقل مشكلة الشعب
الفلسطيني المزمنة ، تمثل
جوهر الصراع في منطقة
الشرق الأوسط .

الطبيعة الخلابة ..

والجائزة كومبيوتر

يا صديقتي الغالية .. يا صاحبي العزيز ..
كلما جمعت عددا أكبر من كويونات جيل
الكومبيوتر والطبيعة الخلابة .. وكلما
استعدت من الآن ، بإضافة بعض المعلومات
الجديدة لكل موضوع من قراءاتك الجرة ،
تصبح فرصتك أكبر في الفوز بجائزة ثقافية ،
ورباضية قيمة .. وربما تفوز بالجائزة الأولى ..

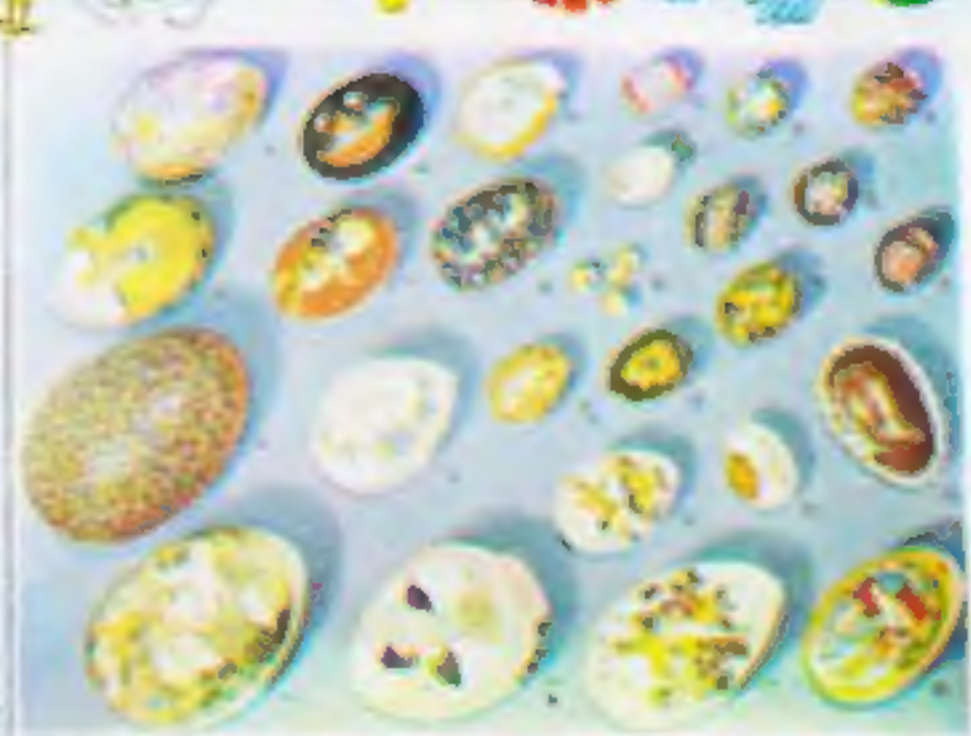
إنها كومبيوتر ..

نرجو أن تضم هذا الكويون
مع صفحات الألبوم الذي تعده
بنفسك عن الطبيعة الخلابة ،
وعن الكائنات التي تعيش في
الأرض .. والبحر .. والجو ..

كويون طبيعة خلابة وسكناات حبيبة



تعليق : ما القاسم مثله تلك بجنة الخالدة دة ١١٩



البيضة المتوسطة الحجم تساوي .. ربع دجاجة ..
وأيضاً تحتوي على نسبة كبيرة من البروتين ، وعلى
فيتامين «أ» .. الذي يساعد على نضارة البشرة ،
وقوة الابصار .. وبه نسبة من الحديد ، والأملاح
المعدنية ، وخاصة الكالسيوم .. وهما من العناصر
الأساسية للنمو السليم ، وخاصة العظام والدم ..
وإذا قلنا أن البيض يحتوي على كمية من الدهون
فهي من النوع الذي لا يزيد الوزن بل من النوع
اللازم للجهاز العصبي ..

والطريقة المثلى للاستفادة من البيض بكل ما
فيه من فيتامينات هو تناوله نصف مطهو .

لمعلوماتك :

- صفار البيض ، وهو نين .. أسهل هضماً ، من
الصفار المطهو .. وبالعكس .. البياض المطهو أسهل
هضماً من البياض النين .
- وزن البيضة يتراوح بين ٤٥ - ٦٠ جراماً .
- بيضتان .. لهما قيمة غذائية تعادل ١٠٠ جرام
من اللحم ، والأسماك .
- شفاف .. ولزج ، وهو يحيط بالصفار ، ويمنع
عنه كل الصدمات .
- الملح (الصفار) :

هو المادة التي يتكون منها الكتكوت ، ولهذا
السبب ، يحتوي الصفار على أغنى المواد الغذائية .

كيف نعرف البيضة المسلوقة ؟

نمسك البيضة وننقلها .. إذا دارت بسرعة .. إذن
البيضة مسلوقة ..

إذا دارت ببطء .. إذن البيضة نيئة .

البيضة .. أصل الحياة

كل كائن حي .. أنت ، وأنا .. والكتكوت .. كل
مخلوق تبدأ حياته من بيضة ..

والبيضة ، كانت رمزاً عند أجدادنا إلى قدرة
الخالق غير المحدودة .. وصادة تلوين البيض
ورثناها من أجدادنا .. واختاروا لتلوينه : الأحمر ..
لون الدم .. سر الحياة .. والأخضر .. لون النبات ..
طعام كل الكائنات ..

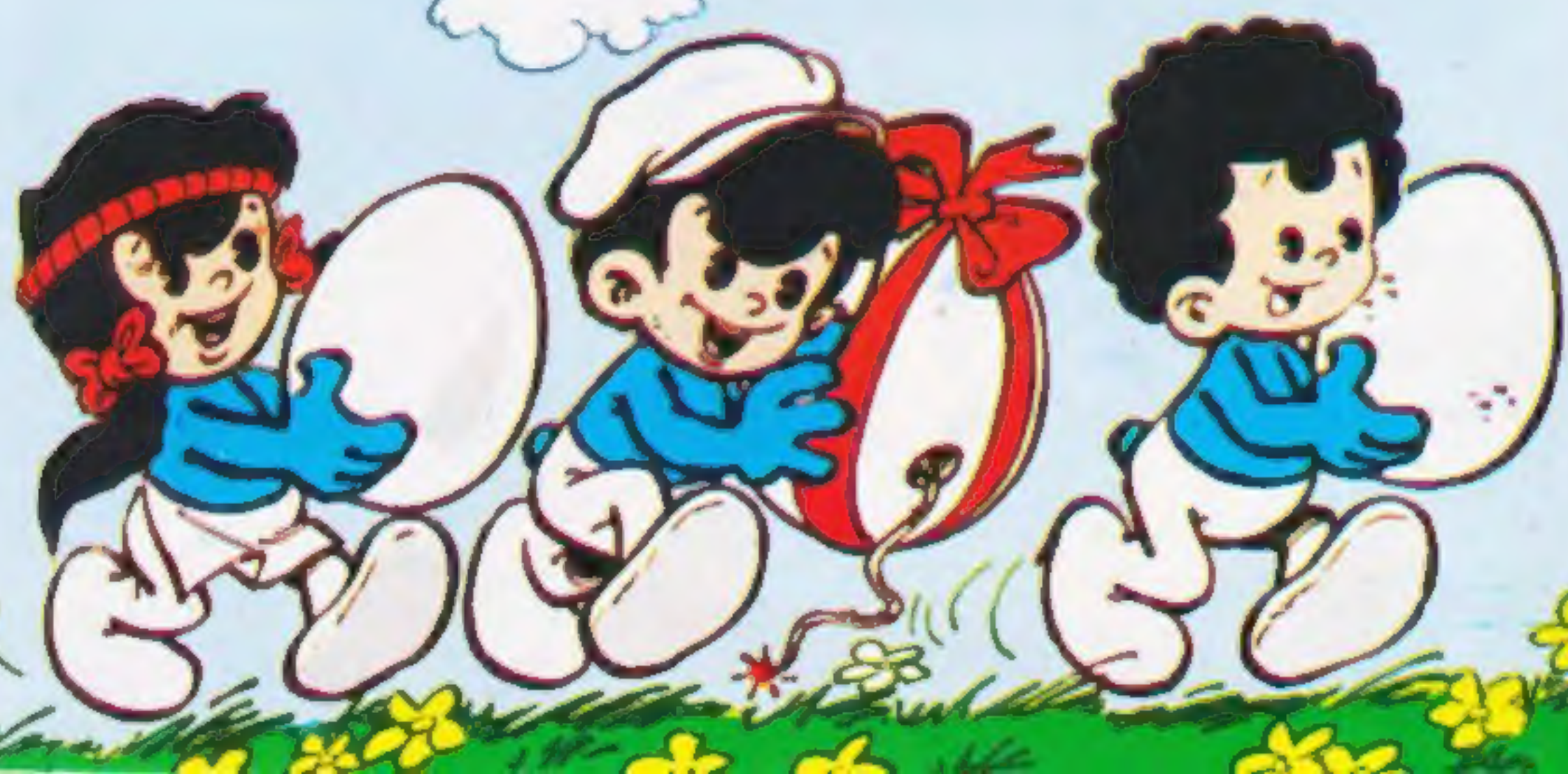
كم عمر البيضة ؟

نضع البيضة في لتر من الماء ، مذاب به ١٠٠
جرام من ملح الطعام ، فإذا لزت البيضة حتى
لامست القاع تقريباً .. كان معنى ذلك أن البيضة
طازجة ، ولم يعض عليها أكثر من يوم واحد ..
وإذا ظلت طافية وسط الإناء ، دل ذلك على أن
عمرها من ٣ إلى ٤ أيام .

أما إذا طفت على سطح الماء ، فمعنى ذلك أنها
فاسدة ، ولا تصلح للأكل .

بيضة = ١/٤ دجاجة

البيض من أهم الأغذية في مرحلة النمو ..
وعلماء التغذية يقولون :



للبسكاس
مغطى بالسكر

لبان مونامي



بمونت فيف

من

هني ويل

